2021



تعبیر خواب روانشناسی احساسات

زهرا رئیسی

شیوه ی تعبیر خواب روان شناسی لزوما به معنای رد دیگر شیوه های مطالعه ی خواب نیست و یک شیوه ی مستقل مطالعه ی خواب محسوب می شود.

تعبیر خواب روانشناسی احساسات

جلد اول

مقدمه:

تعبیر خواب روان شناسی تنها یکی از روش های مختلف مطالعه ی خواب ها می باشد. هدف از این شیوه ی مطالعه ی خواب، بررسی سمبلیک خواب ها در جهت رفع ایرادات روانی و گرفتن تصمیمات روشن تر و منطقی تر برای اتفاقات پیش رو می باشد. این شیوه ی مطالعه مبتنی بر پیشگویی آینده نیست هر چند با بررسی خواب ها می توان نتایج تصمیماتی که هم اکنون در پیش داریم را تا حدی سنجید.

شیوه ی تعبیر خواب روان شناسی لزوما به معنای رد دیگر شیوه های مطالعه ی خواب نیست و یک شیوه ی مستقل مطالعه ی خواب محسوب می شود.

محتوای این کتاب طی سال های متمادی تهیه شده و جزوی از یک پروژه ی لغت نامه ی تعبیر خواب روان شناسی محسوب می شود که همچنان در حال تکمیل می باشد.

تا کنون جلد های مختلفی از این لغت نامه به صورت اینترنتی منتشر شده است. هر نوع استفاده از این لغت نامه برای کسب درآمد یا سو استفاده از دیگران شامل کارما می باشد.

برای انتشار رایگان محتوای این کتاب محدودیتی وجود ندارد.

شما می توانید گزارش خواب های خود را جهت مطالعه و بررسی به ایمیل زیر ارسال کنید:

Zardezard3@gmail.com

همچنین جلد های دیگری از کتاب های مرتبط با تعبیر خواب روانشناسی از همین نویسنده به واسطه ی سایت کتاب سبز منتشر شده است.

کتاب های مذکور به شرح زیر می باشند:



نحوه ی تفسیر احساسات در خواب

در ابتدا لازم است تا به درک جامعی از احساسات برسیم. احساسات عناصر پیچیده ای هستند که در ابتدا صرفا در ذهن ما به وقوع می پیوندند. احساسات ممکن است به زبان نیایند. احساسات ممکن است به صورت یک رفتار بروز پیدا نکنند. اما این به این معنا نیست

که احساسات وجود ندارند. همه ی ما تجربه ی مواجهه با احساسات را دردناک یا پیچیده را داشته ایم که به نظر غیر قابل توصیف بوده اند. رسیدن به ادبیاتی برای توصیف و درک احساسات در واقع یک علم است که معمولا به آن روانشناسی گفته می شود.

اصل اساسی در شناخت احساسات این است که بپذیریم آن ها در ابتدا صاحب هیچ شکل یا سمبل بخصوصی نیستند. آن ها در ابتدا فارغ از کلمات و حروف و اعداد و رنگ ها به سر می برند. اما نه تنها وجود دارند بلکه از انرژی خاص و فوق العاده ای برخوردارند که می توانند ما را تحت کنترل گرفته و بر روی اعمال و تصمیمات ما تاثیر بگذارند. برای درک انسان ها و موجودات دیگر لازم است تا در ابتدا به درکی از احساسات آن ها برسیم.

این کار خود یک علم و تخصص است که مسیر ها و تئوری ها و نظریات خاص خود را دارد. موجودات ممکن است از احساسات خوش آیند و ناخوش آیند متفاوتی برخوردار باشند. برخی

موجودات مقدار بسیار بیشتری با احساسات ناخوش آیند دست و پنجه نرم می کنند و مواجهه و مطالعه ی این گونه موجودات می تواند بسیار دردناک جلوه کند. افرادی که به مطالعه ی احساسات می پردازند، با درجات مختلفی و بسته به تجربه و تمرین های خود، قادر به درک سطوح و انواع مختلفی از احساسات هستند. برخی علاقه دارند تا احساسات منفی را به زخم هایی تشبیه کنند که روان یک فرد را به خود درگیر ساخته است اما احساسات از ماهیت پیچیده تری برخوردارند.

یک احساس بد، بیشتر از آن که شبیه به یک زخم باشد، شبیه به وسیله ای برای ایجاد زخم بر روان و ذهن فرد می باشد.

احساسات ژنراتور های انرژی حیاتی ما هستند. ما در صورتی می توانیم به کنترل احساسات خود بپردازیم که به شناختی از آن ها دست پیدا کنید.

احساسات در خواب به شکل خالص تر و متفاوت تری در دسترس هستند. ممکن است در خواب، بدون دیدن چهره ی واضح یک موجود و بدون گفت و گو با او، به احساس غالب بر او پی ببرید. چنین کاری در دنیای واقعی تنها از افرادی ساخته است که از شهود یا قدرت درک عمیق یا حساسیت به انرژی برخوردار هستند. این قدرت ممکن است یک روز در نتیجه ی تکامل، درون تمام ما انسان ها فعال شود.

تجسم کنید که دیگر نیاز نباشد ساعت ها برای روانشناس خود در مورد احساسی که در حال رنج دادن شماست صحبت کنید و صرفا بخواهید که فرد مقابل به دریافت احساس شما بپردازد. حال تفسیر و قضاوت و چاره یابی برای مبارزه با این احساس بر عهده ی پزشک شما می باشد.

اما تا آمدن چنین روزی، می توانیم از خواب ها و تفسیرشان برای درک نسبی درونیات هر انسان و احساساتی که با آن ها درگیر است استفاده کنیم.

احساسات عناصر مهم و در عین حال بسیار پیچیده ای هستند که پرداختن به آن ها و درکشان می تواند بسیار چالش برانگیز باشد. احساسات انسان را می توان به ژنراتور هایی تشبیه کرد که پشت پرده ی تمام لایه های شخصیت حضور داشته و عامل تاثیر گذار بر انتخاب ها و تصمیمات ما می باشند. آن چه که ما را قادر می کند تا حرکت بعدی یا رفتار دیگران را درک کنیم، همانا درک احساسات می باشد.

اما کمتر کسی می تواند ادعا کند که قادر به درک بخش قابل توجهی از احساسات انسان می باشد و این کار نیازمند کار فکری بسیار و تمرکز بر انواع نقاط تاریک و روشن انسان می باشد. زمانی که تصمیم به درک و شناخت احساسات یک انسان می گیریم، لازم

است تا خود را برای رو به رو شدن با انرژی ها یا مسائلی منزجر کننده یا دردناک آماده کنیم که پیش از این، آن ها را درون خود تجربه نکرده ایم.

مواجهه ی نزدیک با احساسات خوب و بد دیگران می تواند به شدت ما را تحت تاثیر قرار داده و ما را نیز به آن احساس و انرژی خاص دچار کند. چنانچه آن احساس منزجر کننده یا دردناک باشد می توان از لفظ آلوده شدن نیز استفاده کرد یعنی تاثیر منفی پذیرفتن از یک انسان یا اتفاق یا مساله ای خاص که انسان یا انسان هایی عامل به وجود آمدنش بوده اند.

افرادی که حساسیت یا درک بیشتری نسبت به احساسات دارند ممکن است در خواب به شکل واضح تری با آن رو به رو شوند. حتی ممکن است در خواب خود با یک روانشناس رو به رو شده و با او در مورد احساسات خود صحبت کنید یا ببینید که در حال درد و دل کردن یا مشاوره دادن به دیگران هستید.

درک احساسات یک توانایی بسیار ارزشمند می باشد که می توانیم در کنار دیگر مسائل علمی به آن ها پرداخته و مسیر تکاملی خود را هموار و تضمین کنیم.

زمانی که در خواب با یک احساس خاص رو به رو می شوید، به آنالیز و بررسی آن بپردازید. احساسات لزوما در رابطه با خودمان ظاهر نمی شوند. ممکن است شما از آن دسته افرادی باشید که علاقه مند هستند تا به اطرافیان خود یا انسان ها کمک کرده و آن ها را درک کنند. خواب ها می توانند پیامی از جانب ناخودآگاه شما باشند مبنی بر این که چگونه می توان به درک احساسات دیگران پرداخته و کمکی واقعی و سازنده به آن ها رساند.

ممکن است هم اکنون در میان دوستان خود فردی غمگین را مشاهده کنید و از خودتان بپرسید که چگونه می توان به این فرد کمک کرده و یا او را به وجد آورد؟ گاهی برای شاد کردن دیگران نیازی به هدر دادن یا دعوت کردن او به جشن نیست. درک

احساسات دیگران و ارائه ی یک مکالمه ی خوب و سازنده می تواند بیش از هر چیز آن ها را تحت تاثیر قرار داده و باعث کمک به آن ها شود.

شاید ما نتوانیم به راحتی تمام احساسات دیگران را درک کنیم، اما بسیاری از احساسات رایج و مشترک بوده و بار ها با آن ها مواجهه داشته ایم. ممکن است خودمان با آن ها دست و پنجه نرم کرده باشیم و با موفقیت از شر بار منفی آن ها خلاص شده باشیم. به همین علت است که افرادی که رنج زیادی را پشت سر گذاشته اند ممکن است از جمله افرادی باشند که پتانسیل خوبی برای تبدیل شدن به یک هم صحبت خوب را دارند.

فهرست

استرس

افسوس خوردن

انرژی

آسایش

باطل شدن

بی وفایی

بیزاری

پریشان بودن

پشیمانی

تحقیر شدن

ترس

تشویق شدن

تعجب کردن

تنهایی و اندوه

تنهایی

جلب توجه کردن

چاکرا

حقارت

خجالت کشیدن

ضایع شدن

عشق و علاقه

عشق

عصبانیت

فراموش کردن

فراموشی

قدرشناسی

گم شدن و سردرگمی

مستی

مسخ

ناراحتی مرده

هارمونی در موسیقی

تعبیر خواب استرس

بخش زیادی از تعبیر رؤیا به احساس رؤیابین در لحظه ی دیدن سمبل ها مربوط است. استرس یکی از احساساتی است که ممکن

است به طور مکرر در خواب های خود تجربه کنیم. سراسیمه از رؤیایی با سمبل تصادف بیدار می شویم و استرس تمام وجود ما را در برمی گیرد. ممکن است در طی روز های آینده در حین رانندگی احتیاط بیشتری به خرج دهیم یا اصلاً دست به رانندگی نزنیم. استرس حالت روانی پیچیده ای است که از یک همکار مزاحم تا خیابانی پرترافیک می تواند به آن دامن بزند، اما واکنش ما انسان ها نسبت به موقعیت های اضطراب آور نیز به همان اندازه پیچیده و متنوع است.

شاید از خودتان بپرسید که دلیل تجربه ی این احساس ناخوشایند در رؤیا چیست، درحالی که ممکن است شما هم اکنون و در زندگی بیداری دچار هیچ مسئله ی چالش برانگیزی که در شما استرس ایجاد می کند نباشید. امروزه استرس موضوعی شایع است، اما این واقعیت که شما می توانید به شیوه های مختلفی به استرس پاسخ دهید اغلب کمتر بیان می شود. فهم سبک پاسخ شما به استرس

مهم است زیرا تحقیقات نشان می دهد شیوه ی واکنش تان به عوامل استرس زای روزمره، پیامد های بلند مدتی برای سلامت جسمی و روانی شما دارد.

استرس می تواند ناشی از ترس باشد. ترس در رویا با مفاهیمی که در ذهن شما ناشناخته هستند مرتبط می باشد. در واقع ترس غالبا نشات گرفته از موضوعی است که ماهیت آن برای ما نامشخص است. چنین رویایی از شما می خواهد تا نسبت به مسائلی که نسبت به آن ها کنجاوی دارید و ماهیتشان برای شما نامشخص مانده است، شجاعت به خرج داده و اطلاعات بیشتری کسب کنید. عدم شجاعت به وجود آورنده ی ترس و استرس است و می تواند شما را در طولانی مدت منفعل و متوقف کند.

پنج شیوه ی رایج برای پاسخ به استرس وجود دارد:

۱-پاسخ تسلیم: ممکن است فلج شوید، درمانده شوید یا احساس هوشیاری بیش از حد کنید.

۲-پاسخ مبارزه: نوعی حس رقابت جویی، خشونت یا دفاع از خود احساس می کنید. بدنتان خودش را برای مبارزه در چهارچوب موقعیت آماده می کند.

۳-پاسخ گریز: در این پاسخ که اغلب با مبارزه ذکر می شود در پی گریز، اجتناب یا عقب نشینی هستید.

۴-پاسخ چالش: چگونگی تفکر شما درباره ی استرس اهمیت فوق العاده ای در کیفیت عملکردتان در مقابله با آن دارد. برخی استرس را نوعی تهدید می بینند، در حالی که برخی دیگر می توانند آن را نوعی چالش ببینند. در پاسخ چالش انرژی اضافی می گیرید، ضربان قلبتان افزایش می یابد و سطح آدرنالین خون بالا می رود، اما از چند جنبه ی مهم با مبارزه یا گریز متفاوت است. به جای احساس ترس، احساس تمرکز می کنید. نسبت متفاوتی از هورمون های استرس را آزاد می کنید و راحت تر می توانید به منابع جسمی و روانی تان دسترسی داشته باشید.

نتیجه ی این ها عبارت است از تمرکز بیشتر، عملکرد بیشینه و خودباوری بیشتردر واقع کسانی که می توانند درباره ی استرس بیشتر همچون یک چالش وکمتر همچون یک تهدید فکر کنند، افسردگی و اضطراب کمتر، سطوح بالاتر انرژی، عملکرد کاری و رضایت از زندگی را گزارش می کنند. پرسش های زیر به شما کمک می کند تا استرس را به مثابه چالش در نظر بگیرید: در این موقعیت کجا کنترل/ تأثیر/ نفوذ دارم؟ چه کنش خاصی می توانم انجام دهم؟ چه توانایی هایی دارم؟ چه منابعی دارم؟ چه چیزی به من امکان می دهد تا بدانم که می توانم از پس این موقعیت برآیم؟

۵-پاسخ مراقبت ودوست یابی: این نوع پاسخ شجاعت را افزایش می دهد، مراقبت از دیگران را ترغیب می کند و روابط اجتماعی را مستحکم می سازد. شاید وسوسه انگیز باشد که در موقعیتی پر استرس فکر کنیم به تنهایی می توانم از پس این بر آیم، اما در

واقعیت پاسخ به استرس عملاً شما را وامی دارد تا از دیگران کمک بخواهید و بیشتر اجتماعی باشید.

در مجموع می توان گفت که تجربه ی چنین احساسی در رویا، مخصوصا به طور مکرر، می تواند به مسائل گوناگونی که در زندگی بیداری برای شما ناخوشایند هستند اشاره داشته باشد. نوعی استرس تکرار شونده که معطوف به موضوع خاصی نیست و ممکن است گاها بدون هیچ دلیل خاصی اتفاق بیوفتد. این رویا از شما می خواهد تا به راه های مختلف متوسل شده و این مشکل را جدی بگیرید. این رویا ها به شما کمک می کنند تا به جای خو گرفتن با این وضعیت روانی خاص، به مقابله با آن پرداخته و برای برطرف کردن آن تلاش کنید.

تعبیر خواب افسوس

بسیار اتفاق می افتد که در رویا های خود، یکی از احساسات و حالات انسانی ها به صورت افراط تجربه کنیم. به طوری که پس از بیدار شدن نیز این احساس منفی در ما ادامه داشته باشد. افسوس خوردن می تواند با احساس فقدان مرتبط باشد. در واقع احساساتی که در رویا تجربه می کنیم، دارای نقش کلیدی در تعبیر رویاهای ما هستند. آن ها مشخص می کنند که هم اکنون و بر خلاف آن چه که در زندگی بیداری به آن تظاهر می کنیم، با چه احساسات و مشکلاتی دست و پنجه نرم می کنیم.

حسرت، افسوس یا پشیمانی یک واکنش منفی انفعالی در مقابل نعمت یا امتیاز گذشته و از دست رفته است. حسرت یک نوع غم است که انسان آن را زمانی که احساس از دست دادن فایده و امتیازی را داشته باشد تجربه می کند، حسرت یعنی ندامت و اندوه شدید بر آن چه از دست رفته باشد و امکان بازگشت آن نباشد.

حسرت و پشیمانی حالتی است که در آن گفته می شود :" ای کاش یک شکل دیگر انجام داده بودم." "ای کاش این کار را نمی کردم." حسرت یک موقعیت روانی- ادراکی منفی است شامل سرزنش کردن خود به خاطر نتایج بد، احساس غصه یا از دست دادن چیزی و یا داشتن آرزو برای بازگرداندن کاری است که در گذشته انجام شده است.

برای جوانان، حسرت خوردن تجربه ای دردناک است، اما می تواند احساسی سودمند نیز باشد، چرا که رنج ناشی از حسرت، منجر به تمرکز مجدد و دنبال کردن یک مسیر جدید و گرفتن تصمیم درست می شود. در واقع هر قدر فرد فرصت اندکی برای تغییر موقعیت داشته باشد امکان این که حسرت وی تبدیل به فکر و استرس مزمن شود و جسم و روان او را به هم بریزد بیشتر است.

بر اساس مطالعات انجام شده، در کوتاه مدت افراد بیشتر حسرت کارهایی را که انجام داده و اشتباهاتی را که مرتکب شده اند می

خورند اما در بلند مدت حسرت کارهایی را که انجام نداده اند دارند؛ مثلاً فرصتی که برای دوست داشتن کسی از دست داده اند و یا آن قدر کار کرده اند که فرصت نداشته اند در کنار خانواده باشند.

تجربه ی چنین احساسی در رویا می تواند با احساسات سرکوب شده مرتبط باشد. مثل کار هایی که از انجام آن ها جلوگیری کرده اید یا احساساتی که زمانی برای شما اهمیت داشته اند اما از بیان آن ها خودداری کرده اید. این رویا از شما می خواهد تا منشا این ترس ها را شناخته و به مبارزه با آن ها بپردازید.

بر اساس تحقیقات، حسرت می تواند به استرس مزمن منتهی شود و تأثیر منفی بر عملکرد هورمون ها و سیستم ایمنی بدن بگذارد و فرد نتواند در مقابل رویداد های استرس زای زندگی ایستادگی کند. حسرت می تواند از یک طرز فکر خلاف واقعیت نشأت بگیرد، یعنی هر قدر تجسم کردن یک نتیجه ی متفاوت آسان تر باشد، بیشتر احتمال دارد فرصت از دست رفته را داشته باشیم.

برای مقابله با احساس حسرت، عملکرد آن را مهار کنید. حسرت نیز مانند تمام احساسات دیگر برای بقا عملکردی دارد و شیوه ای است که مغز از طریق آن می گوید نگاه دیگری به انتخاب های خودمان بیندازیم. حسرت، سیگنالی است که نشان می دهد ممکن است رفتار های ما عواقب منفی در پی داشته باشند، هم چنین می توان گفت حسرت، علت اصلی تصمیم گیری افراد معتاد برای ترک مواد مخدر است. برای مهار حسرت، اگر کاری هست که برای تغییر موقعیت می توانید انجام دهید، دست به کار شوید.

به این ترتیب می توان گفت، تجربه ی احساس حسرت در رویا می تواند، به یک فقدان اساسی در درون شخصیت رویابین اشاره داشته باشد. این رویا از شما می خواهد تا به گذشته ی خود مراجعه کرده و بررسی کنید که چه اتفاقی این احساس را در شما به وجود آورده است؟ چگونه می توانید غم حاصل از این اتفاق را درک و هضم کنید؟

تعبیر خواب افسوس خوردن

افسوس خوردن احساسی ضعیف و منفی می باشد که در اثر از دست دادن یک فرصت یا موقعیت خوب ایجاد می شود. چیزی که در خواب از بابت آن دچار احساس افسوس می شوید، جنبه ای سمبلیک از وضعیت روانی شما می باشد. ممکن است در مورد یک شخص یا موقعیت شغلی، احساس افسوس و ناراحتی به شما دست دهد. نکته ای که در مورد ماهیت احساس افسوس لازم است بدانید این است که این احساس جنبه ی واقعی ندارد چرا که انتخاب های ما، بخش زیادی از اتفاقات پیش روی ما را تعیین می کنند به این ترتیب اگر شما در گذشته اشتباهی مرتکب شده اید یا به علت سهل انگاری، یک موقعیت خوب برای پیشرفت یا مفید بودن را از دست داده اید، عواقب آن را نیز پذیرفته اید و به این ترتیب با آن رو به رو شده اید.

انتخاب های ما، فارغ از مثبت یا منفی بودنشان، مسئولیت ها و عواقبی به همراه دارند. پس زمانی که با عواقب یک انتخاب رو به رو شویم، آن وضعیت حالتی خنثی پیدا کرده و مانند گذر گاهی است که از آن عبور کرده ایم. در رابطه با تفسیر دیگر سمبل های این خواب نیز می توانید نکاتی را در نظر بگیرید. به طور مثال اگر در رابطه با یک شخص خاص، دچار احساس افسوس یا پشیمانی شده اید، توجه داشته باشید که آن فرد، چه احساس یا انرژی ای را درون شما زنده می کند؟

این شخص نماد کدام دسته از دیدگاه های شما نسبت به زندگی می باشد؟ درسی که از این افکار و تجربیات می گیرید چگونه به شما کمک می کند تا در موقعیت فعلی زندگی، دست به انتخاب های مفید تری بزنید و اشتباهات گذشته را تکرار نکنید؟

تعبیر خواب انرژی

انرژی ممکن است با چشم دیده نشود و آن ها را در قالب های گوناگونی مشاهده کنید. ممکن است در رویا شاهد شکل گیری یا استفاده ی نوع خاصی از انرژی باشید و این پدیده موضوع اصلی رویای شما باشد. برخی سمبل ها در طبیعت وجود دارند که بسیار بدیهی و در عین حال تعریف ناپذیر هستند. یعنی در قابل کلمات و جملات، توصیف کامل و روشنی برای آن ها وجود ندارد و به راحتی می توان مثال های زنده و واضح از آن ها را ارائه داد.

وجود این قبیل سمبل ها مثل انرژی در رویا، می تواند برای شما مسائلی را یادآوری کند که به سبب بدیهی بودن آن ها را نادیده

گرفته اید یا احساس میکنید که توانایی لازم برای توضیح آن ها را ندارید. به هر حال این رویا به شما یادآور می شود که اگر ایده ی گمشده ای دارید، در قالب کلمات به دنبال آن نگردید و سعی کنید به حواس خود توجه کرده و با آن ها به جست و جو بپردازید. گاهی تنها دیدن و تجربه کردن و لمس کردن جهان می تواند به ما کمک کند تا مفهوم جدیدی را کشف کرده و ماهیت آن را درک کنیم. موضوعاتی چنان بدیهی که در عین حال، کلمات قادر به توصیف جامع و محسوسی از آن ها نیستند.

انرژی با حرکت، مبارزه، تاثیر گذاری و به وجود آوردن زندگی مرتبط است و جزء سمبل های اولیه محسوب میشود. این عنصر که به صورت مجرد قابل مشاهده نیست، به شما درباره ی نیرو های درونی تان آگاهی می دهد. گاها در بیداری و هشیاری، افکار ما چنان از مسیر اصلی منحرف می شود که انگیزه های درونی و آرزوها و ترس

های اصلی مان کاملا رنگ باخته و به نوع جدیدی از احساسات و انکار ها تبدیل می شوند.

در رابطه با انرژی و استعداد درونی، روزمره ممکن است از شما موجودی خنثی و بی انگیزه ساخته باشد و حال آنکه رویابینی، یعنی ایجاد ارتباط با درون و هر چه شما به رویاهای خود توجه کرده یا رویاهای بیشتری ببینید، یعنی در حال ایجاد ارتباطی قوی تر با درونیات خود هستید.

انرژی و انگیزه های جدید

در برخی موارد، دیدن نوع خاصی از انرژی در رویا می تواند به انگیزه های جدیدی که در درون شما و در اثر اتفاقات و امکانات جدید شکل گرفته اشاره داشته باشد. شما ذاتا فردی علاقه مند به ایجاد تحول و تغییر هستید. شما می توانید به عنوان شخصیتی اجراگر ظاهر شوید هر چند در زندگی بیداری، دوره ی طولانی ای از

انفعال و سرگشتگی را پشت سر گذاشته باشید. استعداد های درونی می تواند گاهی تا ده ها سال بی استفاده بمانند.

این رویا از شما می خواهد تا به گذشته برگردید و جریاناتی که باعث منفعل شدن شما شده اند را بررسی کنید. شاید لازم باشد تا خاطرات کودکی خود را مرور کنید. توجه داشته باشید که این بررسی می تواند در بازه ی زمانی طولانی یا در طی چند ماه به ذهن هوشیار و خودآگاهتان راه پیدا کند. برای ساخت پازلی منظم از این رویداد ها می تواند به یادداشت نویسی متوسل شوید.

به هر حال مرور اتفاقات گذشته گاها می تواند ناراحت کننده باشد اما نمی توان منکر تاثیر این اتفاقات و به وجود آمدن ترس های واهی در شما شد. اگر رویایی با موضوع انرژی، در شما حالتی از ترس و اضطراب را ایجاد کرد، درباره ی ترس های خود با افراد مناسب و مشاور صحبت کنید.

تعبیر خواب انرژی و اعمال انرژی

دیدن مکرر و قوی انرژی در رویا گاها می تواند به جست و جوی شما برای شرایط مناسبی باشد که به شما اجازه می دهد که انرژی خود را به نحو تاثیر گذاری اعمال کنید. در اینجا، خوده انرژی می تواند عام و بسیار معمولی باشد اما شما ذاتا فردی جست و جو گر هستید که به دنبال بهترین موقعیت برای بروز انرژی خاصی می باشید. به طور مثال شما یک هنرمند در سبک به خصوصی هستید و ذاتا می دانید که هنرتان از ارزش بالایی برخوردار است اما زمینه های فعلی در اطراف شما ممکن است تاثیر منفی یا خنثی داشته باشند یا در مجموع پذیرای خوبی برای هنر و استعداد شما نباشند.

این رویا به تلاش درونی شما برای یافتن موقعیتی مناسب برای ارائه ی هنر اشاره می کند. آیا در حالت بیداری، از رسیدن به نتیجه ناامید شده اید؟ این رویا به شما می گوید که هنوز ممکن است گزینه های زیادی برای تجربه و کشف وجود داشته باشد. شما باید

سازمان، افراد، مجموعه ها یا مقاصدی را پیدا کنید که بیشترین همپوشانی را با فعالیت و هنر مورد نظرتان داشته باشند.

تعبیر خواب آسایش

آسایش و احساس آسودگی حس شدنیست و در قالب های مختلفی ظاهر می شود. همه ی ما ممکن است تجربه ی خواب هایی فانتزی از فضایی ایده آل را تجربه کرده باشیم که احساس آسایش را در ما ایجاد کند. سمبل هایی که در این قبیل خواب ها ظاهر می شوند و

معنای ضمنی آن ها نشان دهنده ی ایده آل های شما در زندگی مادی و معنوی شماست.

در خواب هایی با موضوع آسایش ذهن شما در حال مجسم ساختن ایده ها و عقایدتان در قالبی انتزاعی است. آن چه که در خواب موجبات آسایش شما را فراهم کرده، دقیقا همان چیزی است که در واقعیت به دنبال آن هستید. هر چند که خود از آن خواسته بی اطلاع باشید. ممکن است در واقعیت احساس کنید که در تکاپو برای هدفی نا معلوم هستید و هدف هایی که پیش روی شماست یا بسیار مبتدی و بی ارزش هستند که ارزش پرداختن ندارند یا بسیار دشوار و غیر ممکن.

فضایی که در خواب شاهد آن هستید بازنمایی چیزی است که از منظر ضمیر ناخودآگاه شما، برطرف کنده ی نگرانی ها و استرس های فعلی شما خواهد بود. به طور مثال اگر با حضور در یک باغ احساس آرامش داشته باشید، باید توجه داشته باشید که باغ و

بوستان و چیز هایی از این قبیل، به فضایی ثمر بخش اشاره دارد. فضایی که به ایده ها و ابتکارات شما بها داده و تضمین کننده ی رشد شما باشد.

مخصوصا درمورد تحصیل و شغل، ممکن است در این زمان دچار شک و سردرگمی شده باشید. این خواب از شما می خواهد تا در انتخاب خود، به سراغ فضاهایی که خلاقیت و ابتکار شما را به چالش می کشد رفته و از فضای به وجود آمده نهایت استفاده را ببرید. آسایشی که در باغ تجربه می کنید؛ فضایی تبادل پذیر و تسلی بخش را نشان می دهد که در نتیجه ی فعالیت گیاهان زنده به وجود آمده است. این سمبل با رشد و تکامل بسیار مرتبط است.

اگر در خواب، با فضایی رمانتیک رو به رو شوید، و این فضا آسایش را در شما ایجاد کند، باید توجه داشته باشید که ضمیر ناخودآگاه شما، مهم ترین نیاز را درمورد نیاز عاطفی شما شناسایی کرده است. ممکن است در واقعیت نسبت به این موضوع و یا آزمون و خطا و

کسب تجربه در زمینه های عاطفی بی تفاوت و بیزار باشید. این تصمیم می تواند نشات گرفته از تجربه ای تلخ و یا فضایی باشد که در آن زندگی می کنید. با این حال این خواب به شما می گوید؛ اگر خواهان رابطه ی عاطفی ایده آل هستید، مانند هر هدف دیگری باید برای آن دست به تجربه زده و مشقات این مسیر را نیز بپذیرید.

خواب هایی با احساس آسایش، گاها به شما قوه ی تخیل و رویاپردازی را برای تسلی بخشیدن اضطراب ها و نگرانی های روزمره یادآور می شوند. فردی که برای گذر از فشار های روانی و روزمره ای مختل، به فضایی سوررئال و فانتزی سفر کرده و ایده آل های خود را در آنجا جست و جو می کند.

اگر در خواب با حضور در خانه ای ایده آل احساس آسایش داشته باشید، باید توجه داشته باشید که خانه ای که در خواب مشاهده می کنید، سمبل تمام آن چیزی که از زندگی شخصی خود انتظار دارید؛ می باشد. این خانه می تواند در نهایت به جمع خانوادگی یا دوستان

نزدیک شما محدود باشد. با دیدن این خواب باید توجه داشته باشید که چه کار هایی این آسایش را در واقعیت برای شما فراهم می آورد؟ معاشرت با چه افرادی این آسایش را بهم ریخته و کدام دسته از تفکرات منفی این آسایش را مختل ساخته است؟

این خواب از شما می خواهد تا با حذف افکار و افراد منفی از زندگی خود، به سمت آسایش حرکت کنید. ممکن است در این زمان از ریسک حذف کردن افرادی که از درون به منفی بودن آن ها پی برده اید بیزار باشید، اما این خواب به جلوه ی واقعی عدم حضور این افراد یا افکار منفی اشاره دارد و از شما می خواهد تا برای رسیدن به آسایش تلاش بیشتری داشته باشید.

در مجموع احساس آسایش با حذف سمبل های منفی و حرکت به سمت نقاط جدیدی از زندگی مرتبط است. اگر احساس آرامشی که در خواب شاهد آن هستید را در واقعیت تجربه نمی کنید، باید به

دنبال عوامل مختل کننده ی آرامش خود باشید. چرا که این خواب از تمایل درونی شما برای رسیدن به آرامش صحبت می کند.

گاهی برای گذر از چالش ها و نگرانی ها، باید با ترس های خود رو به رو شده و دست به ریسک هایی بزنید که درباره ی نتایج آن ها اطلاع قطعی ندارید. این خواب به تمایل و شهامت شما برای داشتن انتخاب هایی جدید و حرکتی پویا برای رسیدن به آسایش اطلاع رسانی می کند.

باطل شدن

فضایی که در خواب مشاهده می کنید تصویرگر فضای ذهنی شماست. باطل شدن یک فعل منفی و خنثی است که می تواند در اشکال و موقعیت های مختلفی ظاهر شود. بسیار اهمیت دارد که در طول خوابی با موضوع باطل شدن، چه احساسات و موقعیت هایی را تجربه می کنید. باطل شدن یعنی از بین رفتن ارزش امری مقدس یا دارای ارزش.

باطل شدن می تواند با سمبل های مقدس مثل نماز، روزه و وضو ظاهر شود. این خواب می تواند توسط افرادی که اعتقادات قلبی نیز ندارند دیده شود. به طور مثال اگر در خواب احساس کنید که نماز شما باطل شده است باید بدانید که نماز می تواند به تلاش شما برای پیدا کردن هدف یا ایده ای معنی در در زندگی اشاره داشته باشد و موضوعی که باعث می شود نماز شما باطل شود، نشان دهنده ی موانعی است که بر سر راه خود احساس می کنید. موانعی که ممکن

است صرفا ساخته ی ذهن شما باشند و از ترس ها و محدودیت هایی که برای خود ایجاد کرده اید نشات گرفته باشد.

این خواب از شما می خواهد تا ریشه ی به وجود آمدن این موانع را شناخته و از تداوم آن ها جلوگیری کنید.

تعبیر خواب احساس بی وفایی

در این مطلب به بررسی بی وفایی به عنوان یک احساس و نحوه ی ظهور آن در خواب می پردازیم. منظور از احساس این است که لزوما رفتار یا جمله ی خاصی را از دیگران مشاهده نمی کنید که باعث

شود به بی وفایی او پی ببرید بلکه صرفا یک حالت ذهنی و احساس را تجربه می کنید که حاکی از بی وفایی می باشد.

در اینجا، احساسی که در شما ایجاد شده و علت آن از اهمیت برخوردار است. فرد یا موجودی که در خواب به عنوان یک ماهیت بی وفا مشاهده می کنید، بر اساس تعبیر خواب روانشناسی می تواند سمبل بخشی از شخصیت خودتان باشد.

برای این که دلیل حضور دیگران را در خواب خود درک کنید، توجه داشته باشید که فکر کردن به آن ها چه احساس، فکر یا خاطره ای را درون شما زنده می کند؟ یا این سوال را از خود بپرسید; این فرد بی وفا، سمبل چه عقیده، ارزش یا دیدگاهی می باشد؟

این احساس بی وفایی که در خواب تجربه می کنید نماد احساسی است که در زندگی بیداری، نسبت به عقاید و یا برخی افکار خود پیدا کرده اید چرا که این عقاید نتوانسته اند انتظارات شما را در زندگی براورده کنند.

این که سال ها از یک عقیده یا ارزش پیروی کنید و متوجه شوید که این عقاید دیگر نمی توانند محافظ شما در زندگی باشند و نتوانسته اند جلوی آن دسته از احساسات منفی یا اندوه هایی را بگیرند که برای آن طراحی شده اند حال خود را به صورت سمبلی ناامید کننده و بی وفا نشان داده اند.

عقاید و ارزش ها نوعی ابزار ذهنی هستند که برای محافظت از روان خود در مقابل احساسات یا دیگر عناصر ناملایم این جهان طراحی می کنیم. اما اغلب فراموش می کنیم که در ابتدا این عقاید را برای چه هدفی طراحی کرده بودیم و استفاده ی اشتباهی از آن ها به عمل می آوریم. احساس بی وفایی در خواب حالتی سمبلیک داشته و بسیار عمیق تر از کاربرد آن در زندگی واقعی ظاهر می شود.

تعبیر خواب احساس بیزاری

بیزاری نوعی احساس ناخوشایند است که می تواند در اشکال و موقعیت های مختلفی در خواب شما ظاهر شود. تفاوتی ندارد که در خواب خود از چه چیزی یا چه کسی بیزار هستید. تمام اتفاقات و اشیاء درون خواب به صورت سمبلیک ظاهر می شوند. آن ها سمبل آن دسته از افکار، رویکرد ها و عقاید و موقعیت هایی هستید که در زندگی بیداری از آن ها بیزار یا فراری هستید. همچنین تفاوتی ندارد که در خواب شما، چه کسی در حال بروز احساس بیزاری است، در تعبیر خواب روانشناسی تمام انسان هایی که در خواب مشاهده می کنیم سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان هستید. برای این که دلیل حضور دیگران را در خواب خود درک کنید، توجه داشته باشید که فکر کردن به آن شخص خاص، چه

احساس، فکر یا خاطره ای را برای شما زنده می کند؟ درسی که از این فرد میگیرید، چگونه می تواند الهام بخش شما برای برون رفت از چالش های فعلی در زندگی بیداری باشد؟

خوابی با موضوع بیزاری بیان می کند که شما هم اکنون و در زندگی بیداری، از تجربه ی یک موقعیت خاص بیزار هستید. لازم است تا ریشه ی بروز این احساس را شناخته و به شکل منطقی به رفع آن بپردازید تا در هنگام مواجهه با این موقعیت، رفتار سازنده تری را از خود نشان دهید.

پریشان بودن

این موضوع طبیعی است که در خواب، خود یا دیگران را با حالی پریشان مشاهده کنید. منظور از پریشانی نوعی حالت بد روحی یا روانی است که در ظاهر و حرکات فرد هویدا می باشد و در هنگام نگاه کردن به شخص می توان درک کرد که او از درون در حال رنج بردن از فکر، مساله یا ترس خاصی است. تفاوتی ندارد که در خواب خود چه کسی را با حالتی پریشان مشاهده می کنید. در تعبیر خواب روان شناسی، تمام انسان های درون خواب، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان هستند. برای تفسیر خوابی با موضوع پریشانی، توجه داشته باشید که مساله ی اصلی شما در حین دیدن خواب چیست و واکنش شما در هنگام دیدن پریشانی چه می باشد؟ چه مساله ای می تواند در داستان خواب به شما کمک کند تا پریشانی خود را برطرف کنید؟

تعبیر خواب پریشان حالی: اگر در خواب خود را با حالتی پریشان مشاهده کنید، باید بدانید که این خواب به حالت درونی شما اشاره دارد که به خاطر مساله، خواسته یا نیازی خاص عارض شده است. احساسی که ممکن است در زندگی بیداری نادیده گرفته شده باشد یا فقدانی که بر اثر گذر زمان آن را نادیده گرفته باشید یا با آن خو گرفته باشید. این خواب از شما می خواهد تا این احساس فقدان و ضعف را شناخته و ریشه ی آن را بررسی کنید. پریشانی در خواب زمانی ظاهر می شود که موضوعی در ناخودآگاه در حال رنج دادن ما باشد. این خواب نشان دهنده ی وقوع اتفاقی در آینده ی نزدیک نیست بلکه باز گو کننده ی حالات روانی نادیده گرفته ی شما در زمان حاضر می باشد که لازم است به آن ها رسیدگی کنید.

تعبیر خواب پریشانی مرده: انسان های مرده زمانی که در خواب ظاهر می شوند، ما را متوجه عادت ها و ارزش هایی می کنند که در طول زمان کنار گذاشته و فراموش کردیم. اگر در خواب مرده ای را

مشاهده کنید که در زندگی بیداری می شناسید، باید توجه داشته باشید که این فرد، شما را به یاد کدام دوره از زندگی تان می اندازد؟ در آن دوره ی زمانی به چه باور ها یا عقایدی مقید بوده اید؟ درس هایی که از این دوره از زندگی خود می گیرید چگونه به شما کمک می کند تا از چالش های فعلی خود در زندگی بیداری عبور کنید؟ برای این که دلیل حضور فرد مرده را در خواب خود درک کنید همچنین توجه داشته باشید که فکر کردن یا دیدن این شخص، چه احساس یا فکری را در شما زنده می کند؟ این خواب نشان می دهد که عادت ها و عقاید مشابه با این شخصیت در شما نمرده اند و به رغم تمایل شما برای کنار گذاشتنشان، همچنان در شما زنده و اثر گذار هستند.

و زمانی که در خواب خود مرده ای که با بخش هایی از شخصیت شما مطابقت دارد را مشاهده می کنید نشان دهنده ی این معناست که شما در این ابعاد از شخصیت و افکار خود دچار ترس ها یا ناراحتی

هایی مجهول شده اید که در حال تاثیر گذاری منفی در عملکرد شما می باشد. این خواب از شما می خواهد تا منشا ترس های خود را به شیوه ای منطقی بررسی کرده و اجازه ندهید که در شما تداوم پیدا کنند.

تعبیر خواب احساس پشیمانی

احساس پشیمانی در خواب می تواند در مکان و موقعیت های گوناگونی ظاهر شود. این نوعی احساس منفی است که به ضعف چاکرای سوم یا شبکه ی خورشیدی اشاره دارد. برای رفع این انسداد می توانید مراقبه های مربوط به بالانس چاکرای سوم را انجام دهید. اما از منظر روان شناسی، خوابی با موضوع پشیمانی می تواند

نشان دهنده ی ناراحتی درونی شما به علت نادیده گرفتن استعداد های درونی یا احساسات مثبت و یا اشتیاق درونی برای انجام یک کار باشد.

تفاوتی ندارد که در خواب شما چه کسی با احساس پشیمانی ظاهر می شود. در تعبیر خواب روان شناسی، تمام انسان هایی که در خواب مشاهده می کنیم، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان هستند. برای این که دلیل حضور دیگران را در خواب خود درک کنید، توجه داشته باشید که فکر کردن به آن شخص خاص، چه نوع احساس، فکر یا خاطره ای را برای شما زنده می کند؟ درسی که از این افراد میگیرید، چگونه می تواند الهام بخش شما برای برون رفت از چالش های فعلی در زندگی بیداری باشد؟

به هر صورت واضح است که این خواب از شما می خواهد تا در احوالات خود جست و جو کنید و کارهایی را انجام دهید که باعث رشد اجتماعی و افزایش عزت نفس شما می شود. اجازه ندهید توجه

بیش از حد به قضاوت و ذات دیگران، شما را از تجربه های لذت بخش زندگ باز داشته و به مرور زمان، منزوی و افسرده سازد.

تحقیر شدن

تحقیر شدن نوعی رفتار است که اتفاق افتادن آن باعث ایجاد احساس ناراحتی می شود. ممکن است در خواب، خود یا دیگران را در حال تحقیر شدن مشاهده کنید. بسیار اهمیت دارد که در خواب، به چه علت تحقیر می شوید و واکنش شما در مقابل افرادی که در حال تحقیر کردن شما هستند چیست. تفاوتی ندارد که در خواب خود، توسط چه کسانی در حال تحقیر شدن هستند. ممکن است از طرف افرادی تحقیر شوید که در زندگی بیداری هیچ مشکلی با آن

ها ندارید یا حتی بین شما علاقه وجود دارد. این خواب نشان دهنده ی تحقیر شدن در دنیای واقعی توسط آن فرد نیست بلکه صرفا به برخی از ترس ها و ناراحتی های درونی شما اشاره دارد.

در تعبیر خواب روان شناسی، تمام انسان هایی که در خواب ظاهر می شوند، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان هستند. برای این که دلیل حضور سمبلیک دیگران را در خواب خود درک کنید، توجه داشته باشید که فکر کردن به این اشخاص، چه احساس یا فکری را در شما زنده می کند. زمانی که در خواب احساس می کنید که توسط دیگران در حال تحقیر شدن هستید، این خواب نشان دهنده ی این معناست که توسط برخی جنبه های شخصیتی خود زیر سوال برده شده اید و این موضوع باعث شده است که احساس بدی نسبت به خود و افکار و ایده هایتان پیدا کنید.

این احساس منفی ممکن است در شما نوعی ضعف یا فقدان را ایجاد کرده باشید. با دیدن این خواب سعی کنید که منشا این

احساس منفی یا عدم اعتماد را پیدا کرده و به شیوه ای منطقی با آن رو به رو شوید. ایده های شما هر چه که باشند لایق این نیستید که خود را به خاطرشان سرزنش کنید. این خواب پیامی از جانب ناخودآگاه شماست تا به شما بگوید که عدم اعتماد به نفس تا چه اندازه برای شما می تواند آزار دهنده یا منزجر کننده باشد.

خوابی با موضوع تحقیر شدن از شما می خواهد تا ارزش خود را در چیزی ورای از هنجار های تعیین شده و قضاوت عمومی پیدا کنید. ارزش هایی که از چشم دیگران پنهان است و بر همین اساس نیز به دیگران نگاه کنید. ما نمی توانیم صرفا به ظاهر دیگران توجه کرده و درباره ی استعداد ها و روحیات آن ها قضاوت کنیم. این خواب از شما می خواهد تا اگر از احساس مقحور بود رنج می برید، توجه داشته باشید که در ابتدا باید دیدگاه شما به دیگران تغییر کند.

همچنین این خواب به شما یادآور می شود که تداوم و تکرار به شما کمک می کند تا احساسات و افکار منفی یا احساس افسردگی و

مقحور بودن را از خود دور کنید. به رفتار ها و افکاری که به شما احساس حقیر بودن می دهند توجه کنید و هر بار که به ذهنتان خطور کردند، مسیر خود را عوض کنید. این کار را به طور مداوم در پیش بگیرید تا به صورت یک عادت در شما نهادینه شود و احساس بهتری به خودتان پیدا کنید.

تعبیر خواب ترس

احساسات بخش جدایی ناپذیر تجربه ی رویابینی هستند. بخش زیادی از رویاهایی که میبینیم، بازگو کننده ی ترس هایی هستند که به طور روزمره با آن ها رو به رو هستیم. ترس هایی که ممکن

است گاها قادر به کنترل آن ها نباشیم. ترس هایی که در رویا تجربه می کنیم، می توانند نشان دهنده ی اوهامی باشند که پایه ی منطقی نداشته و در واقعیت، به جای فکر کردن به غیر منطقی بودن آن ها، در تلاش هستیم حمله های پیاپی شان را سرکوب کنیم.

فوبیا یا ترس غیرمنطقی یک بی نظمی روان شناختی یا اختلال روانی است. این اختلال بدون شک در تمام جوانب زندگی فردی و اجتماعی شخص مبتلا تأثیر منفی و ناخوشایندی خواهد داشت و توجه به این موضوع می تواند انگیزه ای باشد برای درمان این مشکل و بیماری.

اختلال هراس یا فوبیا از کلمه ی یونانی phobos به معنای ترس ناسالم گرفته شده و نوعی اختلال اضطرابی محسوب می شود. ترس عبارت است از احساس نگرانی که از فکر خطر و یا حضور آن نشأت می گیرد. بی تردید در هر امری نا آگاهی، نادانی و بی خبری، ذاتاً مولد ترس و وحشت است.

روانکاوان میان ترس و اضطراب تفاوت قائل هستند. ترس واکنشی عادی و طبیعی است. اما اضطراب و دلهره به ترسی بی دلیل مربوط می شود که به تأثیر از احساس مبهم و خطری نا مشخص، ناشناخته و بر اثر عوامل خاصی ایجاد می گردد. ترس، احساس و حالتی بسیار غامض و قوی می باشد که در نهاد انسان نهفته می شود و اغلب از آن آگاهی نداریم. به همین علت بروز بسیاری از بیماری های جسمانی در پدیده ی ترس، آن هم از نوع منفی و مخرب آن ریشه دارد و علائمی چون سردرد، مختل شدن تمرکز فکر و ذهن، انقباض شدید عضلانی، اختلال در عملکرد دستگاه های قلب، گوارش و تنفسی و غدد درون ریز و ... در بر دارد.

صد ها عوامل و مولد انواع ترس ها به ویژه از نوع بیمار گونه و غیر منطقی آن یعنی فوبی یا فوبیا وجود دارد که در صورت مزمن و شدید شدن آن می تواند زندگی انسان را آن هم در عصر ماشینی واقعاً مختل و فلج سازد. ترس یک احساس کاملاً آشنا برای یک یک

ما انسان ها است. همه ی ما حالات فیزیکی ترس، چون حبس نفس یا تند نفس کشیدن، هیجان جسمی و یا فلج شدن از ترس، عرق کردن، لرزیدن، فرار کردن، اضطراب، سرگیجه و ... را می شناسیم.

در حیوانات و انسان، حس ترس در واقع یک حس دفاعی است و حکایت از امکان خطر و دردی می کند. اما احساس ترس بشری، چیزی ورای یک حس طبیعی است، زیرا این احساس آغشته با تصورات، آرزو ها و حالات وجودی و خاص انسانی است. از این رو یک احساس انسانی است.

برای ورود به جهان چند فاکتوری و چند چشم اندازی ترس بشری و حالات مختلف آن و بیماری های مختلف ناشی از آن، بایستی ابتدا متوجه این ترس پایه ای باشیم که ترس همیشه به شکل ترس از چیزی است و به دو شکل عمده ظاهر می شود. یا این ترس به شکل هراس یا فوبی از یک پدیده ی مشخص مثل هراس اجتماعی، یا هراس از حیوانات است و یا به شکل دیگر ترس، یعنی به شکل ترس

از یک موضوع نامشخص و مبهم مثل بیماری ترس و یا وسواس است.

درنگاه مکاتب مختلف روان درمانی، اصولاً سؤال اولیه این است که بیمار از چه هراس دارد. این مکتب علت این هراس را یا ناشی از حالت شرطی شدن بیمار به علت یک تجربه ی کابوس وار مانند گرفتاری چند ساعته در آسانسور می داند، یا هراس از هواپیما و مار را ناشی از یادگیری اجتماعی و دیدن ترس افراد مورد اعتماد از این موضوعات و یادگیری هراس می بیند.

چنین رویایی از شما می خواهد تا ریشه ی ترس درونی خود را شناخته و درباره ی آن با خودتان صادق باشید. در صورت تجربه ی ترس های مکرر در رویا، شاید لازم باشد تا با افرادی درباره ی نگرانی خود صحبت کنید.

تشویق شدن

ممکن است در خواب خود احساس کنید که به خاطر انجام کاری تشویق می شوید و این موضوع احساس مثبتی را در شما ایجاد کند. در این حالت بسیار اهمیت دارد که به خاطر چه موضوعی تشویق می شوید. ممکن است در خواب احساس کنید که به خاطر پیروزی در یک مسابقه ی ورزشی تشویق می شوید در حالی که در زندگی بیداری، علاقه ای به انجام ورزش ندارید یا ورزش را به طور حرفه ای انجام نمی دهید.

تشویق شدن در خواب به صورت سمبلیک ظاهر می شود تا شما را متوجه ارزش ایده ها و افکارتان کند که بروز آن ها می تواند در

شرایط حاضر برای شما الهام بخش و راه گشا باشد. با دیدن این خواب از خودتان بپرسید که هم اکنون و در زندگی بیداری، نیازمند کسب ایده و راه حل در چه زمینه ای هستید و چرا احساس می کنید که مهارت روانی لازم برای مواجهه با چالش های فعلی خود را ندارید؟

این خواب می تواند پیامی از جانب ناخودآگاه شما باشد مبنی بر این که ایده های ذهنی شما کامل است و می توانید به عملی کردن آن ها فکر کنید. خوابی با موضوع تشویق کردن از شما می خواهد تا متوجه ایده های نادیده گرفته ی خود باشید و اجازه ندهید که سرکوب یا فراموشی، فرصت استفاده از این ایده ها یا مهارت های روانی را از شما بگیرد.

انسان هایی که در خواب در حال تشویق کردن شما هستند، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودتان می باشند. برای این که دلیل حضور دیگران را در خواب خود درک کنید، توجه داشته باشید که

فکر کردن به آن ها شما را به یاد چه احساسات یا ایده هایی می اندازد؟

اگر در خواب مشاهده کنید که معشوق یا فرد مورد علاقه تان در حال تشویق کردن شماست، باید بدانید که این فرد سمبل انگیزه ها و آرزو های مثبتی است که در مورد خودتان دارید. این آرزو ها صرفا رمانتیک و عاطفی نیستند و می توانند زمینه های مختلفی از زندگی شما را شامل شوند.

این خواب از شما می خواهد تا ماهیت این انگیزه ها که به شما کمک می کند تا به خودتان افتخار کنید یا احساس بهتری نسبت به خودتان داشته باشید را شناخته و از آن ها برای گسترش زمینه های مختلف زندگی استفاده کنید.

اگر در خواب احساس کنید که به خاطر یک موفقیت تحصیلی تشویق می شوید، باید بدانید که خوابی با موضوع درس و تحصیلات اشاره به لزوم یادگیری در زندگی بیداری دارد و می تواند حتی

توسط افرادی که سال هاست تحصیلات خود را به پایان رسانده اند نیز دیده شود. این خواب از شما می خواهد تا درس جدیدی که در زندگی با آن رو به رو هستید را شناخته و از آن برای برون رفت از چالش های فعلی خود استفاده کنید.

اگر در خواب احساس کنید که در حین گرفتن یک جایزه تشویق می شوید، این خواب می تواند به احساس مثبت شما درباره ی بروز یک ایده یا مهارت اشاره داشته باشد که باعث شده است اعتماد بیشتری به توانایی های خود پیدا کنید.

تعبیر خواب تعجب کردن

بسیار اتفاق می افتد که در خواب های خود با صحنه هایی رو به رو می شویم که در ما ایجاد بهت و حیرت می کند. احساساتی که در

خواب تجربه می کنیم، می توانند در لحظه، بسیار شدید و متفاوت از حالاتی باشند که در زندگی بیداری با آن ها رو به رو می شویم. ما احساساتی را در ناخودآگاه خود به شکل مخفی داریم که رو به رو شدن با آن ها برای خودمان نیز، ایجاد تعجب و حیرت می کند.

احساس تعجب، در دسته ی احساسات و هیجاناتی که مطلقا بار مثبت یا منفی ندارند، تاثیر خاصی در تفسیر جریان خواب دارد. این خواب نشان دهنده ی شگفتی شما از رو به رو شدن با بخشی ناشناخته از شخصیت خودتان می باشد. شما در حال درک این موضوع هستید که بسیاری از افکار و نیات ما هستند که ریشه و دلیل آن ها بر خودمان پوشیده هستند. ما دقیقا قادر به تشخیص این موضوع نیستیم که تصمیمات ما در طول روز، تاثیر پذیرفته از چه عقیده، احساس یا خاطره ای است و منتظر چه پیامد های دقیقی هستیم.

احساس حیرت و تعجب، در واقع نیروی محرکه ای برای رسیدن به شناخت عمیق تر و بهتر نسبت به درونیات خودمان است. فضایی که در خواب مشاهده می کنیم، تصویرگر فضای فکری خودمان و چالش هایی است که با آن ها رو به رو شویم. زمانی که در خواب، احساس حیرت و تعجب را تجربه می کنیم، در واقع لازم است تا به شناخت بخشی از شخصیت یا مهارت های درونی خود بپردازیم که به ما کمک می کند تا از فقدان های کنونی به وجود آمده عبور کنیم. مهارت هایی که وجود آن ها را در درون خود دست کم گرفته یا احساس می کنیم که فاقد آن ها هستیم.

این خواب می تواند تصویرگر ضعف هایی باشد که در دنیای واقعی و در محیط پیرامون خود به دنبال رفع آن ها هستیم. در حالی که حلقه ی گم شده ی چالش کنونی، در مهارت ها یا تجارب فراموش شده ی خودمان نهفته است.

تعجب و حیرت، مانند اهرمی قوی عمل کرده و رویابین را متوجه نقاط ناشناخته و ویژگی های ذهنی و روانی ای می کنند که به دلیل تاثیر محیط و جامعه، بر او مخفی مانده و در حالت بیداری، قادر به باور و درک آن ها نیست. این خواب از شما می خواهد تا موانعی که باعث می شود خودتان را دست کم گرفته یا بر روی خلاقیت و ایده های خود سرپوش بگذارید را شناخته و برطرف کنید.

مهارت های روانی و خلاقیت فکری ما، صرفا بر گرفته از مهارت هایی نیست که به طور خودخواسته برای یادگیری آن ها در طول زندگی اقدام کرده ایم. گاها مسیری که به طور اتفاقی در جریان آن حرکت کرده ایم، اهرمی برای کسب این مهارت های روانی بوده است و هم اکنون زمانی است که باید این مهارت ها را شناخته و در زندگی بیداری به کار بگیرید. این کار موجب کسب اعتماد به نفس و گسترش منافعتان در زمینه های مختلف زندگی می شود.

تعبیر خواب احساس تنهایی و اندوه

این احساس می تواند به شکل آزار دهنده و ناخوش آیندی در خواب ظاهر شده و فکر و ذهن بیننده ی خواب را به خود مشغول کند. تفاوتی ندارد که شما در دنیای واقعی دوستان زیادی داشته یا فردی تنها باشید، این خواب بیش از هر چیز تعریف کننده ی یک حالت ذهنی و روانی است که می تواند زندگی شما را از برخی جهات به خود مشغول کرده باشد. همچنین ممکن است در خواب خود

برخی افراد دیگر را در حالی مشاهده کنید که احساس تنهایی و اندوه بر آن ها غلبه یافته است. این احساس تک بعدی نیست و می تواند در ارتباط با احساسات ریز و درشت دیگری ایجاد شود که در حال حاضر به ادبیاتی برای نام گذاری آن ها نرسیده ایم اما می توانند خود را در قالب سمبل های دیگر خواب باز نمایی کنند.

فردی که در خواب شما دچار احساس اندوه و تنهایی شده است را در نظر بگیرید، این فرد برای شما یاد آور کدام طرز فکر، ایده یا خاطره می باشد؟ احساسی که از این فرد می گیرید چگونه در حال تاثیر گذاشتن بر زندگی روزمره و تصمیمات شما می باشد؟

ممکن است اخیرا احساس کنید که این افکار و ایده ها نتوانسته اند برخی نیاز های مهم شما را برطرف کرده و یا موانعی را بر مسیر رشد و پیشرفت شما ایجاد کرده اند.

در دنیای واقعی یکی از نیاز های اساسی ما تعامل با محیط اطرافمان می باشد. وجود ترس یا احساسات مشابه می تواند مانع از آن شود

که با محیط اطراف خود به نحو صحیح ارتباط بگیریم. همچنین ممکن است تحت تاثیر برخی اتفاقات دچار جامعه گریزی و انزوا طلبی شده یا از بیان افکار و عقاید خود یا حتی کنجکاوی در برخی موضوعات و کسب اطلاعات خودداری کنیم. این افکار همگی می توانند در قالب سمبل تنهایی و اندوه در خواب ظاهر شوند.

ممکن است در خواب خود مشاهده کنید که دوستانی که در حال حاضر یا سابقا داشته اید شما را تنها گذاشته اند و محبورید که به تنهایی زندگی کرده و کاری را به اتمام برسانید. اما بهتر است بدانید که این خواب لزوما به معنای طرد شدن در دنیای واقعی نیست.
انسان هایی که در خواب مشاهده می کنید، پیش از هر چیز سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان هستند. هنگامی که به طور ناگهانی دچار تغییر و تحولاتی می شویم، ممکن است عادت های جدیدی درون زندگی مان ظاهر شده و به این ترتیب دوستان سابق خود را از دست بدهید.

آن دوستانی که در خواب، شما را ترک می کنند می توانند سمبل همان عقاید و افکاری باشند که سابقا جمع آوری کرده اید اما با یک تغییر اساسی، متوجه شدید که هیچ کدام کار آمد نبوده و در حال حاضر بیهوده هستند.

طبیعتا احساس بدی در انسان ایجاد می شود، زمانی که بفهمد در طی سال های طولانی، مقدار زیادی مکاتب فکری یا ارزش هایی بی ارزش را انباشته و برای آن ها وقت و انرژی خود را صرف کرده است. این خواب و ظاهر شدنش در شرایط فعلی برای آن نیست که شما را اندوهگین تر سازد. بلکه پیامی از جانب ناخودآگاه شماست مبنی بر این که به گذشته نچسبید و از فرصت فعلی برای ایجاد افکار و ایده های جدیدی استفاده کنید که اشتباهات گذشته در ساختارش تکرار نشود.

توجه کرده اید که بسیاری از افراد در دنیای واقعی، با گذشت زمان بسیاری از دوستان خود را کنار گذاشته یا از دست می دهند و

ممکن است صرفا با چند دوست معدود و انگشت شمار روزگار بگذرانند؟ تغییری که در درون این افراد رخ می دهد خود را در زندگی نشان داده و ظاهر آن را نیز تغییر می دهد. تغییر در سطح روانی گاها می تواند ناگوار یا اضطراب آور جلوه کند چرا که به واسطه ی آن لازم است تا مقدار زیادی از عادت ها و رفتار های خود را کنار گذاشته یا مجبور به کنار گذاشتن آن ها خواهیم شد.

دوستانی که در خواب با کمال بی وفایی و بی محبتی شما را ترک می کنند، در واقع همان افکار یا ایده هایی هستند که تا کنون متوجه باطن بی فایده و یا نقطه ضعف های آن ها نشده اید اما در اثر یک اتفاق یا شوک، باطن آن ها برای شما آشکار شده و دیگر قادر به استفاده از آن ها نیستید.

تعبیر خواب تنهایی_ تنها شدن

تنهایی در رویا می تواند با نوعی احساس ناخوشایند یا ناراحت کننده ظاهر شود. تنهاییبا در جمع بودن و داشتن دوست در تضاد می باشد و حکایت از نوعی احساس فقدان دارد که ممکن است در زندگی بیداری خود نیز احساس کنید. انسان ها در رویاهای ما به صورت سمبلیک ظاهر می شوند. هر انسانی که در رویا مشاهده می کنید، سمبل بخشی از شخصیت شما هستند.

بخشی از شخصیت شما که هم اکنون منفعل شده است. ممکن است ب اثر عدم اعتماد به نفس، از توانایی های خود غافل شده باشید. عدم اعتماد به نفس، بیش از هر کس، باعث آزرده خاطر شدن خوده ما خواهد شد. اعتماد به نفس به شما کمک خواهد کرد تا مانند یک دوست، پشتیبان و مشوق خود باشید. کار های خود را تحلیل کرده

و بهتر از هر فرد دیگری، نکات مثبت آن ها را بر شمرید. اگر در رویای خود مشاهده کنید که فرد مورد علاقه تان، شما را تنها گذاشته است، باید بدانید ک این رویا حکایت از نوعی فقدان عاطفی دارد و به هیچ عنوان پیش گویی یک اتفاق در دنیای واقعی نخواهد.

حتی اگر در آینده مشاهده کردید که فرد مورد علاقه تان، در زندگی بیداری شما را ترک می کند، و تنها می گذارد، رویایی که شاهد آن هستید، کاملا سمبلیک است و حتی فرد مورد علاقه ی خود را به صورت سمبلیک مشاهده کنید و کنشی که در رویا نشان می دهد، به هیچ عنوان با کنش او در دنیای واقعی ارتباطی ندارد.

همان طور که گفته شد، افردی که در رویا مشاهده می کنید، سمبل بخشی از شخصیت شما هستند، فرد مورد علاقه نیز می تواند به بخشی از درونیات و آرزوهای عاطفی شما، به بخشی از شخصیت شما که با فرد مورد علاقه تان مشترک می باشد، مرتبط باشد. شما در رویا احساس می کنید که این فرد شما را ترک کرده است. ممک

است این رویا برگرفته از احساسی باشد که اخیرا پیدا کرده اید یا نوعی بی توجهی، که نسبت به خود روا داته اید. مانند فردی که انگیزه ای برای رسیدگی به ظاهر خود را ندارد یا دیگر به سلامت جسمی و روانی خود اهمیت نمی دهد. به هر حال این رویا به شما می گوید که بهتر است توجه بیشتری به خودتان داشته باشید و اجازه ندهید که سردی و بی انگیزگی بر شما غلبه یابد.

این رویا در مواردی صرفا می تواند به ترس و وسواس بی موردی که اخیر، و در رابطه با فرد مود علاقه تان، در شما شکل گرفته، اشاره داشته باشد. ممکن است اخیرا به رفتار های فرد مورد علاقه تان بدبین شده باشید یا احساس کنید که او دیگر چندان علاقه ای به شمادارد. به هر حال این رویا به شما می گوید که بهتر است نگرانی های خود را با او در میان گذاشته و اجازه ندهید که ترس ها و نگرانی های بی مورد، در شما تداوم یافته و باعث ضعف شما شود.

تعبیر خواب جلب توجه کردن

تلاش برای جلب توجه از رفتار های جالب مشترک میان انسان و حیوانات است چرا که هر یک از ما به شکل متفاوتی در مورد آن اقدام می کنیم. این تلاش ممکن است صرفا یک حالت ذهنی داشته باشد و در واقعیت، آن موجود موفق به نمایش گذاشتن این خواسته یا میل ذهنی نشود. به این ترتیب شاید بتوان گفت که جلب توجه کردن را می توان به عنوان یک احساس نیز مورد مطالعه قرار داد.

این رفتار را می توان در سطوح مختلف مورد مطالعه قرار داد و از هدف و فلسفه ی آن اطلاع کسب کرد اما هنگامی که در خواب با آن رو به رو می شوید، به احساس و دریافت خود توجه داشته باشید.

چرا که احساساتی که در خواب تجربه می کنیم بسیار واضح و عمیق می باشند هر چند بخش هایی از این احساسات گنگ و نامفهوم باشد.

توجه داشته باشید که چه کسی در خواب شما تلاش دارد تا جلب توجه کند. این افراد، بازنمایی و تشبیهی از عقاید، ارزش ها و هنجار هایی هستند که در ذهن خود تلمبار کرده اید و از آن ها برای پیشبرد زندگی خود تاثیر می پذیرید.

حتی زمانی که با یک مکتب فکری و فلسفی جدید آشنا می شوید ممکن است این آشنایی به صورت یک انسان آشنا یا غریبه در خواب شما ظاهر شود. در صورتی که این فرد برای شما آشنا باشد به همان نسبت درباره ی ماهیت تفکری که با آن آشنا شده اید اطلاعات کسب کرده اید.

اما مواجهه با افراد غریبه یعنی ماهیت این تفکر برای شما ناشناخته می باشد و لازم است از تاثیر پذیری کورکورانه خودداری کنید.

در رابطه با تلاش برای جلب توجه، توجه داشته باشید که این رفتار در نظر شما چگونه جلوه می کند. به طور مثال اگر احساس کردید که یک فرد تلاش می کند تا با هدف جفت گیری با شما به جلب توجه بپردازد، می تواند به این معنا باشد که یک فلسفه ی فکری یا دیدگاه خاص، به شدت پتانسیل این را دارد که بر شما تاثیر گذاشته و مسیر زندگی شما را عوض کند.

این خواب می تواند پیامی از جانب ناخودآگاه شما باشد مبنی بر اینکه نسبت به مسائلی که در حال تاثیر گذاشتن بر شما می باشند آگاه باشید. پیگیری یک تفکر می تواند بر تمام تصمیمات ریز و درشت ما تاثیر گذاشته و تعیین کند که انرژی و وقت خود را در چه مسیری صرف خواهیم کرد.

ممکن است در خواب خود فردی را مشاهده کنید که احساس خوبی نسبت به او نداشته یا از او متنفر باشید اما این فرد با انجام کارهایی قصد داشته باشد تا توجه شما را به خود جلب کند.

این تجربه محتملا تجربه ی خوشایندی نیست.

در تفسیر این خواب می توان گفت که شما در حال مواجهه یا درک تفکری هستید که در نظر شما نفرت انگیز یا منزجر کننده است.

این خواب به قدرت شگفت انگیز انتخاب در انسان اشاره دارد که به ما کمک می کند تا افکار و فلسفه های حاکم بر ذهن خود را انتخاب کرده و لزوما تحت تاثیر افکاری که به ما تلقین یا تحمیل می شوند نباشیم.

ما ذاتا به این مساله آگاهی داریم که انتخاب های متفاوتی که پیش روی ما خواهد بود تا جهان بینی خود را تکمیل کرده و بر این اساس مسیر تکامل خود را بسازیم.

تعبیر خواب چاکرا

خوابی با موضوع چاکرا می تواند حتی توسط افرادی که اطلاع چندانی درباره ی مبحث چاکرا ندارند نیز دیده شود. شما هم اکنون در حال درک بخش های جدیدی از قدرت های روانی خود هستید که ممکن است تا کنون آن ها را دست کم گرفته باشید. اگر در زندگی بیداری به تمرینات مرتبط با چاکرا مشغول نیستید یا اطلاع چندانی ندارید، این خواب به شما می گوید که مسائل ارزشمندی وجود دارند که به رغم بی اطلاعی شما در حال تاثیر گذاری بر عملکرد و تصمیم های شما می باشند.

زمانی که در خواب با موضوعاتی مرتبط با چاکرا رو به رو می شوید، صرفا به این معنا نیست که لازم است پس از بیدار شدن اطلاعات خود را در زمینه ی چاکرا افزایش دهید و به تمرینات یوگا و مدیتیشن بپردازید. تمام مسائلی که در خواب با آن ها رو به رو می شویم، دارای مفهومی سمبلیک هستند و در واقع خواب، مانند یک تابلوی سوررئال می باشند که اجزا در ارتباط با یکدیگر، قصد بازگویی حالات روانی شما را دارند.

خوابی با موضوع چاکرا از شما می خواهد تا به بازشناسی مهارت ها و استعداد های درونی خود پرداخته و توجه داشته باشید که برای پیشبرد هر پروژه یا کار، مثل شغل خاصی که در آن مشغول به فعالیت هستید، نیاز است تا به هماهنگی کاملی بین اجزای فکری و موضوعات مرتبط با شغل بپردازید. ممکن است در این زمان لازم باشد تا برخی مهارت های شغلی خود را گسترش داده یا در دوره های آموزشی جدیدی شرکت کنید. این کار به شما کمک می کند تا

میزان فعالیت های فرسایشی یا اشتباه کاهش پیدا کرد و از حداکثر ظرفیت خود برای رسیدن به سود بیشتر استفاده کنید.

این خواب می تواند زمینه های مختلفی از زندگی شما را شامل شود. برای درک مفهوم خوابی با موضوع چاکرا توجه داشته باشید که در روز های اخیر، ذهن شما به چه موضوعی مشغول بوده است. اگر چالش های شما با موضوعات عاطفی مرتبط است، خوابی با موضوع چاکرا از شما می خواهد تا استعداد های روانی و ارزش خود را نادیده نگرفته و به بیان ایده ها و احساسات خود بپردازید. همچنین توجه داشته باشید که روابط احساسی، صرفا بر اساس خواست و اراده ی شما پیش نمی رود و فردی آن سوی رابطه قرار دارد که به اندازه ی شما پیچیده است و قدرت اراده و تصمیم گیری دارد.

شما نمی توانید به کنترل او پرداخته یا از او انتظار داشته باشید که بر اساس خواست شما عمل کند، اما می توانید بر توانایی های خود متمرکز شده و به نوعی در رابطه ظاهر شوید که بدون نقص و

ارزشمند به نظر برسید. این خواب از شما می خواهد تا از انگیزه های جدیدی که روابط احساسی در شما به وجود آورده اند استفاده کرده و آن ها را مانند یک منبع الهام بخش در نظر بگیرید. این کار به شما کمک می کند تا به گسترش مهارت های خود در زمینه های مختلف زندگی بپردازید.

تعبیر خواب حقارت

بسیار اتفاق می افتد که در رویاهای خود، یکی از احساسات رایج انسانی را در حالت افراط مشاهده می کنیم. احساسی که ممکن است در زندگی بیداری به ندرت با آن رو به رو شویم، اما در رویا به صورت یک حمله اتفاق بیوفتد و احساس بد آن، حتی ساعت ها

پیش از بیدار شدن نیز با ما همراه شود. به گونه ای که اتفاقی که در رویا باعث به وجود آمدن این احساس شده است، واقعی تر از اتفاقای که در بیداری مشاهده می کنیم، به نظر برسد.

حقارت یکی از احساسات منفی است که تجربه ی آن، احساس و خاطره ی بدی را در ذهن ما ایجاد می کند. این احساس می تواند به نوعی فقدان درونی اشاره داشته باشد. احساسی که باید ریشه ی آن را شناخته و به رفع آن بپردازیم.

حس حقارت تقریباً در همه ی افراد وجود دارد. بسیارند کسانی که با دیدن دیگر افراد حس بی کفایتی پیدا می کنند و نسبت به دیگران خود را کوچک و حقیر می بینند. نگاه انسان به خود و یا به عبارت دیگر ارزشیابی خویش در غالب موارد حالتی منفی دارد.

کودکانی که در محیطی پر از شماتت و نکوهش بزرگ شده اند از حس حقارتی عمیق رنج می برند. آنان به علت جملات سرزنش آمیز مداوم والدین، در این باور تثبیت شده اند که دیگر ارزشی ندارند.

اعتقاد به بی ارزشی وعدم کفایت همچون بیماری سرطان به تمام ابعاد وجود فرد منتقل می شود و شخص حتی به هنگام بلوغ سنی وفکری باز بر این باور است که بی ارزش است.

لازم به یادآوری است که گاه والدین می توانند با محبت افراط گونه ی خود چنان محیط استریلی برای کودک بسازند که او هرگز مجال رویارویی با زندگی واقعی را نداشته باشد. در واقع محبت بیش از حد والدین چشمان کودک را بر حقایق زندگی می بندد و به کودک می قبولاند که دست یافتن به هر چیز بسیار ساده است. واضح است که به هنگام تجربه چنین دیدگاهی فرومی پاشد و شخص خود را کاملاً عاجز، ناتوان و حقیر می یابد.

اگر ما "کسب قدرت"، "داشتن ثروت" و"برخورداری از توانایی" را ارزش قلمداد کنیم و زندگی خود را حول به دست آوردن آن ها جهت دهیم، لاجرم در نرسیدن به چنین اهدافی احساس حقارت می کنیم. باید بدانیم که چنین ارزش هایی در واقع ضد ارزش اند

چون ریشه های حقارت و عدم کفایت را در ما تقویت می کنند.

فروتنی با تحقیر خود هیچ همخوانی ندارد.

از تأثیرات حقارت می توان به انزوا و احساس دوست داشتنی نبودن اشاره کرد. فرد به علت حقارت می اندیشد که کسی مشتاق ارتباط با او نیست و او دائم در حال تحمیل کردن خود به دیگران است. شخصی که از حقارت رنج می برد حس ناتوانی عمیقی دارد و اعتماد به نفسش به شدت پایین است. حقارت اجازه نمی دهد که توانایی ها و استعداد های شخص تجلی یابند.

احساس حقارت می تواند موجب گرایش به حساسیت بالا و زودرنجی بشود. شخص حقارت زده مرتب از دیگران می رنجد زیرا فکر می کند که آن ها با رفتار وجملات خود در پی آزار او هستند. او جهان را محیطی نا امن می یابد که باید در برابر آن همیشه حالت دفاعی داشت.

ممکن است هر گونه از حالات احساس حقارت را در رویای خود مشاهده کنید، در حالی که در زندگی بیداری و روزمره ی خود، مستعد تجربه ی چنین احساسی نیستید. این رویا، از یکی از ترس های درونی شما پرده برداری می کند که در زندگی بیداری، قادر به رو به رو شدن با آن ها نیستید. احساسی که به جای رو به رو شدن و پذیرفتن آن، سعی در انکار و سرکوبش دارد. سرکوب نمی تواند راه حل موثری برای پاک کردن این احساس فقدان یا ترس باشد. این رویا از شما می خواهد تا با خودتان صادق بوده و با این احساسات منفی به وجود آمده رو به رو شوید.

غالب ترس ها می توانند پایه ای غیر منطقی داشته و در اثر عدم شناخت به وجود آمده باشند. پس این رویا به شما می گوید که با کسب شناخت، مانع از تداوم این احساس منفی در درون خود شوید.

تعبیر خواب خجالت کشیدن

بسیار اتفاق می افتد که در خواب های خود با احساسات و افکار ناخوشایندی رو به رو شویم که در زندگی بیداری، ممکن است به ندرت به آن ها دچار شویم. ممکن است در خواب احساس کنید که فردی از شما خجالت زده است یا به خاطر کار هایی که انجام داده اید از دیگران یا خودتان خجالت زده هستید.

این خواب به نوعی ضعف یا احساس فقدان روانی اشاره دارد که از درون در حال آزار دادن آن است اما ممکن است در زندگی بیداری،

حاضر به رو به رو شدن و بررسی منطقی آن نباشید. مانند زمانی که از بیان و درک دیدگاه ها و عقاید درونی خود واهمه داشته باشید و احساس کنید که قدرت لازم برای برگزیدن ارزش های شخصی خود در زندگی را ندارید یا ارزشی برای عقاید خود قائل نشوید. این خواب از شما می خواهد تا منشا این افکار منفی را شناخته و اجازه ندهید که در شما تداوم پیدا کنند.

اگر در خواب مشاهده کنید که فردی مرده از شما خجالت می کشد، باید بدانید که افراد مرده، زمانی که در خواب ظاهر می شوند، اشاره به عقاید و دیدگاه هایی هستند که احساس می کنیم در گذشته ای دور آن ها را کنار گذاشته ایم، یا دیگر پیگیر این موقعیت ها یا ارزش ها نیستیم. اما زمانی که مرده ای را در خواب خود زنده مشاهده می کنید، این خواب نشان می دهد که این عقاید و دیدگاه های نه تنها در شما از بین نرفته اند بلکه به طور غیر مستقیم در حال تاثیر گذاشتن بر رفتار و عملکرد شما در زندگی بیداری می

باشند. برای این که دلیل حضور این فرد مرده را در خواب خود درک کنید، توجه داشته باشید که او شما را به یاد کدام دسته از عقاید و افکارتان در گذشته می اندازد و برای شما تداعی گر کدام دوره از زندگی تان می اندازد؟ درسی که از این دوره از زندگی و تجربیات خود می گیرید چگونه می تواند الهام بخش شما برای برون رفت از چالش های فعلی در زندگی بیداری باشد؟

تفاوتی ندارد که چه کسی در خواب شما در حال خجالت کشیدن است. در تعبیر خواب روان شناسی، تمام انسان هایی که به هر ترتیب در خواب ظاهر می شوند، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان هستند. این خواب نشان می دهد که در شما در برخی جنبه های فکری دچار نوعی خودکم بینی یا ترس از بروز درونیات خود شده اید. برای درک این خواب توجه داشته باشید که فکر کردن به این انسان ها شما را به یاد کدام رفتار ها و جنبه های شخصیتی شما می اندازد؟ این افراد چگونه با چالش ها یا تنگناها

فعلی شما در زندگی بیداری مرتبط می باشند؟ این افراد چگونه می توانند منشا الهام بخش شما برای برون رفت از چالش های فعلی در زندگی بیداری قرار گیرند؟

به طور کلی می توان گفت که خوابی با موضوع خجالت زدگی از شما می خواهد تا افکاری که در شما احساس خود کم بینی یا بی ارزش بودن را ایجاد کرده اند را ریشه یابی کرده و به شیوه ای منطقی آن ها را بازنگری کنید. اجازه ندهید که تداوم این افکار، قدرت روانی شما را مختل کند.

تعبیر خواب ضایع شدن

ضایع شدن در معنای کلی می تواند اشاره به اتفاق یا کنشی داشته باشد که شما و ماهیت تان را متفاوت از آن چه که هستید به

دیگران نشان می دهد. ضایع شدن غالبا احساسی منفی است که در اثر سو تفاهم و کنش یا درک اشتباه ایجاد می شود و ضایع شدن در خواب می تواند برای ما ناراحت کننده، خنده آور یا استرس آور ظاهر شود. تفاوتی ندارد که در خوابی با موضوع ضایع شدن با چه انسان هایی رو به رو می شوید، در تعبیر خواب روان شناسی، تمام انسان هایی که به هر نحوی در خواب ظاهر می شوند، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان هستند. برای این که دلیل حضور دیگران را در خواب خود درک کنید توجه داشته باشید که فکر کردن به این افراد، چه احساس، فکر یا خاطره ای را در شما زنده می کند؟ درسی که از این افراد می گیرید چگونه می تواند الهام بخش شما برای برون رفت از چالش های فعلی در زندگی بیداری باشد؟

خوابی با موضوع ضایع شدن می تواند نشان دهنده ی احساس خود کم بینی درونی شما باشد که موجب کج فهمی یا عدم درک عقاید و ارزش های مختلفی شده است که در طول روز ها یا ماه های اخیر با

آن ها رو به رو شده اید. این خواب از شما می خواهد تا علت بروز این احساس فقدان را شناخته و مانع از تداوم آن در درون خود شوید.

شاید لازم باشد تا به بازنگری نحوه ی قضاوت خود بپردازید و از منطق به عنوان فیلتری برای درک و پذیرش دیدگاه ها و عقاید مختلف استفاده کنید. این کار به شما کمک می کند تا از چالش های فعلی خود در زندگی بیداری عبور کنید.

تعبیر خواب احساس عشق و علاقه

این احساس در حالت عادی می تواند یک احساس بسیار دلپذیر و جذب کننده باشد، اما اهمیت دارد که در خواب خود، این احساس را

در چه سطح و موقعیتی مشاهده می کنید. در واقع احساس عشق و علاقه در خواب، لزوما به صورت یک رفتار یا حرفی که به زبان می آید ظاهر نخواهد شد. بلکه ممکن است صرفا احساس کنید که نسبت به یک فرد احساس عشق و علاقه ی زیادی دارید یا با دیدن یک فرد یا یک موجود متوجه شوید که او دارای حجم زیادی از احساس عشق و علاقه می باشد.

در دنیای خواب ها هیچ چیز غیر ممکن نیست و هم اکنون نیز در دنیای ما افرادی هستند که به نسبت های مختلف، حساسیت خاصی به انرژی داشته و می توانند برخی از حالات آن را درک و با ادبیات خاص خود توصیف کنند.

زمانی که در خواب خود با این احساس رو به رو می شوید، می توانید از طریق تمرکز بر سوالات زیر به نتایج قابل ملاحظه ای برسید؛ به طور مثال فردی که نسبت به شما احساس عشق و علاقه دارد برای شما سمبل چه احساس، فکر یا خاطره ای می باشد؟ ایده یا

احساسی که از این فرد می گیرید چه اندازه برای پیشرفت شما مفید و سازنده است؟ در واقع چه اندازه به این ایده یا فکر احتیاج دارید یا چه مقدار سود برای شما خواهد داشت؟

در صورتی که این ایده یا فکر منفی است مراقب باشید که تصمیمات هیجانی منجر به پذیرش این افکار و تقویت آن ها در درونتان نشود.

احساس عشق و علاقه باعث ایجاد تمرکز می شود. همان طور که وقتی در دنیای واقعی به یک فرد علاقه مند می شویم، بسیار ذهن خود را در مورد او مشغول می کنیم، علاوه بر انسان ها ممکن است به افکار، ایده ها یا عقاید و هنجار های خاصی علاقه مند شویم. ممکن است با یک مکتب فلسفی که حتی اسمی برای آن نگذاشته ایم عجین شده و آن را هدف و ابزاری در زندگی خود قرار دهیم.

در این صورت ممکن است پیام هایی از جانب ناخودآگاه خود در قالب سمبل های مختلف دریافت کنیم. پیام هایی که از ما می خواهند به ماهیت علایق خود و تاثیری که می توانند در زندگی ما

داشته باشند بیشتر توجه کنیم چرا که تداوم این علایق می توانند منجر به وابستگی و اعتیاد شود و در صورتی که این علایق بیش از مفید و سازنده بودن، حالت تعصب گونه یا مخربی پیدا کنند می توانند در طولانی مدت به روان ما آسیب های جدی وارد کنند.

تعبیر خواب عشق

خواب هایی که با موضوع عشق می بینیم ، می توانند بیانگر دوست داشتن دیگران ، یا یادآور علاقه مندی به خودمان باشد .

این رویاها معمولا پیام ها و درس هایی درباره ی عشق و دوست داشتن به همراه دارند . با تعبیر این رویا ها ، ما به شناخت جدیدی

از شخصیت خودمان یا افرادی که در خواب با آنها رو به رو شده ایم ، می رسیم .

رویایی با موضوع عشق ، می تواند نشانگر صفاتی از شخص مورد علاقه ی شما باشد که شما در ضمیر ناخوداگاه خود پذیرفته اید و بر شما تاثیر نهاده است .

این خواب می تواند نشان دهد که شما چگونه درباره ی افرادی که در بیداری می بینید ، فکر و قضاوت می کنید . همچنین تعبیر این رویا به شما می فهماند که چه افکاری درباره ی فرد مورد علاقه ی خود دارید .

خواب هایی با موضوع عشق غالبا درباره ی آرزو ها و فانتزی های فرد می باشند ، از طرفی در مواردی که رویابین عشق خود را از دست داده باشد ، در رویا به بازسازی و جبران این فقدان می پردازد.

ممکن است در جست و جوی راه های متفاوتی برای ابراز علاقه و جلب توجه فرد مورد علاقه ی خود باشید . در این حالت به بازسازی ایده ها و نقشه های خود در سرزمین خواب ، می پردازید .

در واقع ، در رویا شما در حال سنجش واکنش احتمالی فرد مورد علاقه ی خود در مقابل این رفتار ها هستید .

رویاهایی در مورد عشق می تواند شما را به بیان صریح تر علاقه تان دعوت کند . فردی که در زندگی بیداری دوست دارید و از نیت قلبی شما یا احساساتتان اطلاع چندانی ندارد .

در حالت کلی ، عشق درباره ی خواسته های ارزشمند شما در تمام زمینه های زندگی صحبت می کند . این خواسته ها می توانند در قالب عشق رمانتیک ، در خواب ظاهر شوند .

این خواب درباره ی میزان شناخت شما از علایقتان و راه هایی که برای محقق کردن آنها می پیمایید ، صحبت میکند . همچنین نشان میدهد که شما چه افکاری درباره ی ایده آل ها و علایق خود دارید .

عشق معمولا به چه شکل هایی در خواب ظاهر میشود؟

اشکالی که در زیر گفته میشود ، از رایج ترین خواب ها با موضوع عشق است .

ممکن است در خواب نسبت به فردی یا چیزی علاقه پیدا کنید که در واقعیت از آن متنفرید یا سر جنگ دارید. این خواب شما را به صلح و مهربانی و آرامش دعوت می کند .

اگر در خواب به خاطر عشق خود ، متحمل رنج و زحمت شوید و برای حل مشکلی تلاش کنید ، این خواب پیامی از جانب روح شماست که شما را به تلاش پیگیر و مداوم در تمام زمینه های زندگی دعوت می کند . در واقع این خواب تلاش دارد تا بگوید : به کار و پیگیری خود ادامه دهید چرا که پس از این زحمات ، آرامش و خوشحالی در انتظار شماست .

در ادبیات ، ضرب المثلی با مضمون عشق کور است و یا عشق چشم انسان را بر روی حقایق و ایرادات میبندد وجود دارد .

احساسات عاشقانه در خواب ، نسبت به عناصر منفی یا افرادی که رفتار هایی منفی و مخرب دارند ، نشان از همین احساس تعجب و نادیده انگاشتنی است که رویابین در واقعیت نسبت به مسائل و یا افراد دارد .

اگر در خواب ، معشوق پیشین خود را که در واقعیت به شما ظلم کرده و شما را ترک نموده است را ببینید ، نشان از توقف شما در برهه ای از گذشته است . در تعبیر این رویا ، جزئیات از اهمیت زیادی برخوردارند . به طور مثال اگر در این رویا ، به هر دلیلی هنوز کشش و علاقه ی خاصی به این فرد داشته باشید ، نشان دهنده ی این موضوع است که گیر افتادن در اتفاقات و جریانات گذشته ، شما را از لذت بردن از زندگی و اتفاقات جدید ، محروم کرده است .

با دیدن این خواب از خودتان بپرسید: چه افکاری شما را در گذشته متوقف کرده ؟ با تکرار چه افکار یا فرضیاتی ، این خاطرات را مدام

زنده می کنید ؟ چگونه این یادآوری های مکرر شما را در زندگی روزمره ، دچار دلسردی و ناراحتی میکند ؟

تعبیر خواب عصبانیت

عصبانیت یک خصلت انسانی نیست. ظهور این سمبل در خواب می تواند به خشمی که نسبت به خود و افکار و عملکردتان مشاهده می کنید اشاره داشته باشد. تفاوتی نمی کند چه کسی در خواب شما دچار عصبانیت شده باشند. در تعبیر خواب روان شناسی، انسان هایی که در خواب مشاهده می کنید، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خوده شما هستند. عصبانیت در خواب می تواند به نوعی جدال و تناقض ذهنی اشاره داشته باشد.

خشم و عصبانیت آبی است که بر روی آتش اضطراب ما ریخته می شود. در واقع با عصبانی شدن، اضطراب را از درونمان تخلیه می کنیم. به صورت کلی کسانی که مشکل خشم و عصبانیت دارند احتمالا از موضوع اضطراب آگاه یا ناآگاه رنج می برند. انسان خشمگین می شود و خشم غیر ارادی است، ولی عصبانیت غیر ارادی نیست و انتخابی است. به همین دلیل است که مثلا ما جلوی پلیس با وجود خشمگین شدن عصبانی نمی شویم، لذا ما می توانیم خشم خود را به عصبانیت تبدیل کنیم.

بسیاری از مردم به اشتباه تصور می کنند که انسان های عصبانی، شجاع و راحت و دارای قدرت هستند، در صورتی که فرد عصبانی از نظر علمی دارای ۲ مشخصه است: ترس و درد ، به این معنی که فرد عصبانی بسیار ترسو بوده و ترس خود را پشت عصبانیت پنهان می کند و در واقع عصبانیت او نشان دهنده ی این است که درد می برد و رنج می کشد.

تعبیر خواب عصبانیت مرده: مرده ای که در خواب مشاهده می کنید، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت شماست. افکار یا عقایدی که در شما فراموش شده اند یا مدت هاست که کنار گذاشته شده اند. این خواب نشان می دهد که ممکن است هنوز تحت تاثیر افکاری قدیمی باشید. انسان هایی که در زندگی بیداری با آن ها معاشرت داشته ایم، به واسطه ی رفتار و افکار خود تاثیر عمیقی بر ما گذاشته و بخش زیادی از درونیات ما را شکل می دهند. دیدن عصبانیت مرده در خواب نشان می دهد که نه تنها این بخش از شخصیت شما از بین نرفته، بلکه همچنان تاثیر گذار است و هم اکنون تناقضاتی را در شما به وجود آورده. با دیدن این خواب از خودتان بپرسید که مرده ای که در خواب مشاهده می کنید، برای شما یادآور کدام دسته از افکار و احساسات است؟ چگونه هم اکنون و در زندگی بیداری خود را تحت تاثیر این افکار احساس می کنید؟ چگونه می توانید تاثیر این افکار را کمتر کرده و آرامش بیشتری را برای خود فراهم کنید؟

تعبیر خواب عصبانیت و دعوا: این خواب می تواند به نوعی کشمکش فکری و روانی در شما اشاره داشته باشد. فرقی ندارد که چه کسانی در خواب شما عصبانی و در حال دعوا هستند. تمام انسان هایی که در خواب مشاهده می کنید، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت شما هستند. این خواب از شما می خواهد تا افکاری که باعث ایجاد نگرانی و تنش در شما شده اند را شناخته و دلیل این تناقض را جست و جو کنید. این خواب از شما می خواهد تا اجازه ندهید که تداوم این افکار آرامش فکری شما را مختل کند. این خواب می تواند پیامی از جانب ناخودآگاه شما باشد مبنی بر این که لازم است تا با وجود تناقضات، به نوعی صلح درونی دست یابید، چرا که تداوم نگرانی نمی تواند به شما در حل بحران های فکری کمک کند.

با دیدن این خواب از خودتان بپرسید که هم اکنون و در زندگی بیداری، چه عواملی باعث تداوم نگرانی در درون شما شده است؟

چگونه می تواند به شناسایی ریشه ی این نگرانی ها، آن ها را متوقف کنید؟

تعبیر خواب فراموش کردن

خوابی با موضوع فراموش کردن یا احساس فراموشی می تواند در قالب های داستانی مختلف ظاهر شود. این خواب معمولا خوش آیند نیست و حتی ممکن است تراژیک و ناراحت کننده به نظر برسد. فراموشی می تواند به عنوان نوعی اختلال ذهنی مورد مطالعه قرار بگیرد و زمانی که در خواب ظاهر می شود، سمبل نوعی اختلال یا سهل انگاری می باشد که به صورت غیر عمد و از روی حواس پرتی، در حال اعمال آن بر روی زندگی روزمره ی خود هستید. خوابی با

موضوع فراموشی می تواند اخطاری از جانب ناخودآگاه شما باشد مبنی بر این که متوجه ارزش های واقعی خود در زندگی باشید، و بی هدف، نسبت به اعمال مختلف اقدام نکنید.

بی گدار به آب نزنید و از انگیزه های خود آگاه باشید. اگر مدتی است احساس پوچی یا افسردگی می کنید، بر روی موضوعی که در حال رنجاندن شماست تمرکز کنید چرا که نوعی احساس فقدان در حال آزردن شماست. ممکن است در اثر حوادث زندگی، نوعی آسیب روانی در شما شکل گرفته باشد. خوابی با موضوع فراموشی از شما می خواهد تا ساده از کنار این زخم نگذرید و اجازه ندهید احساس ناامیدی و اندوه، شما را نسبت به زندگی و ارزش ها و اهدافی که سابقا داشتید ناامید کند.

احساس فراموشی شدید در خواب می تواند به تلاش و میل درونی شما برای یادآوردن یک ارزش یا هویت فراموش شده اشاره داشته

باشد. ممکن است هنوز جنبه هایی از حقیقت زندگی بر شما پوشیده باشد و قادر به یافتن جواب بسیاری از سوالات خود نباشید.

این خواب از شما می خواهد تا از پرسش کردن نهراسید و اجازه ندهید حس فقدان ناشی از فراموشی بر شما غلبه پیدا کند.

تعبیر خواب احساس فراموشی

این خواب ممکن است به طور مکرر ظاهر شده و تجربه ای ناخوش آیند تلقی می شود. اما تفسیر این خواب می تواند اطلاعات جالبی را در مورد خودتان ارائه دهد. فراموشی زمانی تبدیل به یک مشکل می شود که ما مسائل مهمی را فراموش کنیم که احساس می کنیم

نیاز است برای رشد و پیشرفت زندگی همواره آن ها را به یاد داشته باشیم.

ممکن است شما در حالی خواب هایی در مورد احساس فراموشی را مشاهده کنید که در زندگی بیداری چندان یا هرگز با این مشکل رو به رو نیستید. این خواب می تواند نماد احساس ناراحتی شما در مورد فقدان یک حرکت یا فعالیت در زندگی روزمره ی شما باشد که هم اکنون در مورد آن آگاهی پیدا نکرده اید.

پیش از فهمیدن این که این فعالیت چیست، لازم است درک کنید که چرا به یک تجربه ی جدید نیازمندید. فعالیت های جدید با تجربه همراه هستند و تجارب در بردارنده ی احساسات مختلفی می باشند. تجارب می توانند به ما کمک کنند تا قوانین و پیچ و خم های روان خود را شناخته و آرامش با ثبات تری را در خانه ی ذهن خود ایجاد کنیم.

زندگی در ناشناخته ها می تواند به تدریج انسان را دچار احساس نگرانی و ناامنی کند بخصوص اگر گه گاه، اتفاقاتی در این ابعاد ناشناخته رخ داده و حاشیه ی امن فرد را مختل کند.

واقعیت این است که حواشی امن نمی توانند به طور کامل و طولانی مدت، یک آرامش خاطر تضمینی را فراهم کنند. راه تسلط و غلبه بر ناشناخته ها در ابتدا کسب شناخت می باشد. شناخت می تواند یک علم با قدرت بسیار ارزشمند باشند. اما چه مسائلی باعث می شود تا به سمت کسب تجارب جدید نرویم؟

احساس ترس، اعتیاد به درد کشیدن یا موضوعات سطح پایین و عدم اعتماد به نفس از جمله رایج ترین عوامل در پیش گرفتن انفعال و عدم حرکت به سمت کسب تجارب جدید می باشند. به همین دلیل است که بخش زیادی از علم روان شناسی به مطالعه ی انواع ترس ها یا اعتیاد های روانی اختصاص پیدا کرده است.

تعبیر خواب احساس قدر شناسی

در حین دیدن خواب، ما انسان ها قادر هستیم تا بسیاری از احساسات را به طور خالص درک کنیم. در دنیای واقعی، کمابیش از این قدرت برخوردار هستیم. به خصوص در ارتباط با افرادی که پیوند های عاطفی بخصوصی با آن ها داریم. برخی که حساسیت بیشتری به انرژی دارند، ممکن است صرفا با مشاهده ی چهره ی یک فرد، به اطلاعات زیادی در مورد احساسات او پی ببرند. در دنیای خواب ها نیز چنین چیزی می تواند اتفاق بیوفتد. شما در دنیای خواب ها نه تنها قادر به درک احساس سمبل هایی هستید که

در قالب انسان ظاهر می شوند بلکه ممکن است به درک احساسات یک حیوان یا اجزای طبیعت مثل گیاهان یا باران بپردازید و پس از بیدار شدن از خواب، این سوال برای شما پیش بیاید که چرا چنین تجربه ای را در حین مشاهده ی خواب، پشت سر گذاشته اید؟

احساس قدر شناسی می تواند در قالب موقعیت یا یک کنش نیز ظاهر شود اما به طور مجرد، هنگامی که یک فرد یا موجود، احساس قدر شناسی را از خود نشان می دهد، انرژی قدرتمندی را از خود ساطع می کند. قدر شناسی در نتیجه ی نوعی احساس تعلق به وجود می آید. به طور مثال به یک فرد خوبی می کنیم و مشاهده می کنیم که آن فرد قدر شناس ماست. یا فردی در حق ما خوبی می کند و ما احساس قدرشناسی را درون خود ایجاد می کنیم و ممکن است به این فکر کنیم که چگونه می توان محبت فرد مقابل را جبران کرد؟

انرژی قدر شناسی به ما می آموزد که کارهای مفید و خوبی که انجام می دهیم صرفا به همان شکل که انتظار داریم به سمت ما باز نمی گردند. به طور مثال اگر شما به فردی محبت کنید و از قضا این فرد نیز قدرشناس باشد، او باید خود به تنهایی تصمیم بگیرد که به چه شکل قصد دارد محبت شما را جبران کند. شاید به همین دلیل است که برخی افراد پس از گذر سال هایی از زندگی و مواجهه با انسان های مختلف، علاقه ی خود به کمک کردن به دیگران را از دست می دهند.

به هر صورت افرادی که در خوابی با موضوع قدر شناسی مشاهده می کنید، لزوما بازنمایی خوده واقعی آن ها در دنیای واقعی نیست. چه بسا ممکن است در خواب های خود یک بازیگر یا فرد ناشناس را مشاهده کنید در حالی که قدر شناس شما می باشد.

در علم تعبیر خواب روانشناسی، تمام انسان هایی که در خواب مشاهده می کنیم، سمبل ابعاد مختلف افکار و شخصیت خودمان

هستند. هر فرد می تواند سمبل یک ایده، طرز فکر، روش رفتاری یا سبک زندگی خاص باید که هم اکنون ذهن ما در حال مواجهه با آن ها می باشد.

اگر در خواب مشاهده کردید که فردی قدرشناس شماست می تواند به این معنا باشد که شما در رابطه با آن افکار یا سبک زندگی خاص در تعامل خوبی هستید و درس هایی که از این فرد آموخته اید یک تجربه ی کاربردی و مثبت هستند که می توانید در مواجهه با چالش های فعلی خود در زندگی واقعی از آن ها استفاده کنید.

همچنین اگر در خواب مشاهده کردید که خودتان قدرشناس فرد یا موجود دیگری هستید، توجه داشته باشید که آن فرد یا موجود برای شما نماد چیست؟ در صورتی که متوجه شوید این فرد یا موجود سمبل یک طرز فکر یا سبک زندگی مخرب است، بهتر است بدانید که این خواب، هشداری است از جانب ناخودآگاه شما مبنی بر این که شما در حال تاثیر پذیرفتن از یک طرز فکر نامناسب هستید

و لازم است در مورد افکار یا عادت ها یا تصمیمات فعلی خود، تجدید نظر کنید.

تعبیر خواب احساس گم شدن و سردرگمی

احساس گم شدن می تواند به صورت یک تجربه ی ناراحت کننده و ناخوش آیند ظاهر شده و فکر بیننده ی خواب را به خود مشغول کند، مخصوصا اگر این خواب را به طور مکرر مشاهده کنید. بهتر است بدانید که این خواب قصد اندوهگین ساختن شما را ندارد بلکه از شما می خواهد تا به احساسی که از درون در حال آزردن شماست توجه کنید، چرا که احساسات بیش از هر عنصر دیگری با ذات و جوهر وجودی ما در ارتباط هستند.

احساس گم شدن و سردرگمی مخصوصا می تواند در مواقعی ظاهر شود که هدف واقعی خود را در زندگی فراموش کرده اید و اهدافی که در حال حاضر می پیمایید، و وقت و انرژی خود را در مسیر تحقق آن ها صرف می کنید، هیچ کدام پاسخگوی نیاز های روانی شما نبوده و نمی توانند از حجم سردرگمی و اندوه شما بکاهند. اما این خواب به معنای نبود راه هایی که به آرامش و سعادت می رسند نیست.

این خواب می تواند گاها به معنی لزوم توجه به لحظه ی حال باید چرا که توقف می تواند باعث شود تا راحت تر و عمیق تر به چیستی و هدف واقعی خود در زندگی فکر کرده و بررسی کنید که چگونه و از طریق چه راه هایی می توان به آرامش و رضایت رسید. ما همواره در کنار عناصری احساس آرامش داریم که نسبت به آن ها نوعی احساس تعلق داریم. به همین منظور خانه در فرهنگ عمومی سمبل

آرامش شناخته شده، چرا که منزل شخصی می تواند محل آرامش و استراحت فرد باشد.

ممکن است در خواب مشاهده کنید که به علت همراه شدن با یک فرد ناشی یا کار نابلد دچار احساس گم شدن یا سردرگمی شده اید. در اینجا لازم است بدانید فردی که در خواب مشاهده می کنید حضور سمبلیک داشته و سمبل یک ایده یا ارزش خاص می باشد که برای به انجام رساندن برخی تصمیمات خود یا ایجاد برخی تغییرات در زندگی استفاده کرده اید.

به طور مثال یک مشاور به شما ایده ای نامناسب داده و تصمیم دارید از آن استفاده کنید یا استفاده کرده اید، گرچه این گونه هشدار ها اغلب پیش از استفاده ظاهر می شوند تا به ما عواقب استفاده از یک ایده ی نامناسب را یادآور شوند.

برای این که به ماهیت این ایده ی نامناسب پی ببرید، توجه داشته باشید که این شخص ناشی که در خواب خود مشاهده می کنید، برای شما سمبل کدام ارزش یا ایده می باشد؟

در این صورت می توانید به شکل روشن تری در مورد این ایده فکر کرده و در صورت نامناسب بودن، آن را کنار بگذارید.

تعبیر خواب مستی _ مست بودن

مست بودن سمبل عملکرد غیر عقلانی و خارج از کنترل شخص است و به مجموعه عواملی اشاره دارد که اراده ی فرد را از او می گیرد و او را وادار به کار هایی می کند که ممکن است قلبا ، علاقه ی خاصی به آن ها نداشته باشد ، یا حتی از انجام آن ها بیزار باشد .

اگر در رویا ، احساس کنید که تحت تاثیر یک نوشیدنی ، چنین حالتی برشما غلبه یافته است ، این خواب سمبل آن دسته از افکار و عقایدی است که در حال حاضر و در زندگی بیداری ، بر شما تسلط یافته و شما را ترغیب به کارهایی می کند که دلیل آن ها را نمی دانید یا تمایل قلبی به انجام آن ها ندارید .

ممکن است احساس کنید که در آینده ای نه چندان دور ، از عملکرد فعلی خود پشیمان می شوید و این افکار ، عملکرد شما را مختل کرده اند.

ممکن است در اثر این افکار ، نوعی بدبینی نسبت به اشخاص و اوضاع به شما دست داده باشد .

ماده ای که در خواب ، این احساس نئشگی یا سرخوشی را در شما ایجاد می کند ، می تواند سمبل افکار یا گرایشاتی باشد که در زندگی بیداری ، دربازه ای کوتاه ، شما را خوشحال و خوشبین ساخته اما از پایه های قوی ای برخوردار نیست .

بسیار اهمیت دارد که در رویا ، چه احساسی دارید و با چه نیتی به سراغ نوشیدنی می روید .

ممکن است احساس کنید که در زندگی بیداری توسط افکار یا اشخاصی مسموم محاصره شده اید و هیچ راه فراری ندارید . این خواب از شما می خواهد که دیدگاهی منطقی نسبت به شرایط داشته باشید و از پذیرش اشخاص یا افرادی که موجب ناراحتی یا اضطراب شما می شوند ، خودداری کنید .

این خواب می تواند سمبل آن دسته از راه کار های شما برای فرار از وظایف و زندگی روزمره باشد . ممکن است تحت تاثیر فشار روانی ، از اندیشیدن و پرداختن به مشکلات بر حذر باشید و برای فراموش کردن آن ها ، به عادات و اعمال مخربی رو آورده باشید . این عادات می توانند در قالب مشروبات الکلی یا مواد مخدر ، در رویای شما ظاهر شوند .

این خواب از شما می خواهد که دلیل فرار از منطق یا واقعیت را در خود جست و جو کنید و با ایده هایی منطقی ، به آن ها بپردازید .

مسخ

دیدن سمبل مسخ در رویا می تواند به ترس شما از کنترل شدن اشاره داشته باشد. ترسی که می تواند ریشه در باور های اشتباهی داشته باشد. عقیده ی فرد نسبت به این که او تحت تاثیر کنترل وقایع خارجی یا داخلی است را مرکز کنترل می نامند. برخی افراد اعتقاد دارند که حاکم بر سرنوشت خویش هستند، عده ای هم خود را بازیچه ی دست سرنوشت می دانند و بر این عقیده اند که هر چه در زندگی برایشان پیش می آید، به دلیل شانس و اقبال است.

افراد با مرکز کنترل بیرونی، معتقدند که وقایع خارجی و خارج از کنترل آنان، سرنوشت شان را تعیین می کند، در صورتی که انسان های ریسک پذیر و موفق، به خود ایمان دارند که موفقیت ها یا شکست ها را به سرنوشت، اقبال یا نیرو های مشابه نسبت نمی دهند.

به عقیده ی آنان، شکست ها و پیشرفت ها، تحت کنترل و نفوذشان بوده و خود را در نتایج عملکرد هایشان موثر می دانند. اشخاص دارای مرکز کنترل بیرونی، معتقدند رفتار ها یا مهارت هایشان در تقویت هایی که دریافت می کنند، اثری ندارد و در کوشش برای بهبود موقعیت خود، فایده ای نمی بینند. کسانی که دارای مرکز کنترل درونی هستند، معتقدند که کنترل کافی روی زندگی خود دارند و مطابق همین باور ها رفتار می کنند.

تحقیقات نشان داده آنان در تکالیف خود عملکرد بهتری دارند، کمتر تحت نفوذ دیگران قرار می گیرند، برای مهارت ها و پیشرفت های شخصیت خود، ارزش والاتری نیز قائل هستند.

درباره ی کیفیت مسخ در تفسیر المیزان می خوانیم که: در میانه ی همه ی معجزات، دو معجزه است که احتیاج به بحث دیگری به صورت جداگانه دارد، یکی زنده کردن مردگان، و دوم معجزه ی مسخ. درباره ی این دو معجزه بعضی گفته اند: این معنا در محل خودش ثابت شده که هر موجود که دارای قوه و استعداد و کمال و فعلیت است، بعد از آن که از مرحله ی استعداد به فعلیت رسید، دیگر محال است به حالت استعداد برگردد، و همچنین هر موجودی که از نظر وجود، دارای کمال بیشتری است، محال برگردد، و به موجودی ناقص تر از خود مبدل شود، و در عین حال همان موجود اول باشد.

و انسان بعد از مردنش تجرد پیدا می کند، ینی نفسش از ماده تجرد پیدا می کند، و موجودی مجرد مثالی یا عقلی می گردد و مرتبه ی مثالیت و عقلیت، فوق مرتبه ی مادیت است، چون وجود، در آن دو، قوی تر از وجود مادی است، با این حال دیگر محال است چنین انسانی، یا بگو چنین نفس تکامل یافته ای، دوباره اسیر ماده شود و به اصطلاح زنده گردد، وگرنه لازم می آید که چیزی بعد از فعلیت به قوه و استعداد برگردد، و این محال است، و نیز وجود انسان، وجودی قوی تر از وجود سایر انواع حیوانات است، و محال است انسان برگردد، و به وسیله ی مسخ، حیوانی دیگر شود.

در افسانه ها به تغییر شکل و دگردیسی افراد و اجسام از شکل اولیه به شکلی زشت تر مسخ گفته می شود.در برخی داستان ها آن ها را یکی از انواع تناسخ به شمار آورده اند.به تصریح قرآن در امت های پیشین مسخ صورت پذیرفته است و گروهی از گناهکاران به صورت میمون وخوک درآمده اند.با این وجود مسخ در اسلام با آنچه

تناسخ خوانده می شود تفاوت بنیادی دارد زیرا در تناسخ روح از بدن جدا شده و به بدن یا جنین دیگر تعلق می گیرد اما در مسخ روح از بدن جدا نمی شود بلکه تنها شکل ظاهری بدن تغییر می کند یعنی این نیست که نفس انسان به نفس میمون تبدیل شود بلکه افراد مسخ شده با حفظ روح بشری فقط صورتا به میمون و خوک تبدیل می شوند تا به نوعی کیفر ببینند.

به این ترتیب دیدن سمبل مسخ در رویا می تواند به ترس رویابین از تحت تاثیر غرایز قرار گرفتن اشاره داشته باشد. چرا که در تعبیر خواب روانشناسی، حیوانات به عنوان استعاره ای از غرایز موجود در شخصیت انسان شناخته شده اند. این رویا از شما می خواهد تا به جای سرکوب یا انکار غرایز موجود در خود، به درک و کنترل آن ها پرداخته و از آن ها در جهت پیشبرد اهداف خود استفاده کنید.

تعبیر خواب ناراحتی مرده

مرده در تعبیر خواب روانشناسی، با سمبل های مرگ و نیستی مرتبط است. این خواب می تواند نشان دهنده ی یک جریان متوقف شده در زندگی بیداری باشد که ممکن است نوعی فقدان را در شما ایجاد کرده باشد. فرد مرده می تواند اشاره به عادات یا رفتاری داشته باشد که مدت هاست در زندگی بیداری آن ها را کنار گذاشته اید.

اگر در خواب فردی را مشاهده کنید که در دنیای واقعی مرده، اما در خواب زنده و سلامت است، نشان دهنده ی این معناست که این

افکار در شما کاملا از بین نرفته اند و هنوز در حال تاثیر گذاری بر شما هستند. به این ترتیب، فرد مرده ای که در خواب مشاهده می کنید، سمبل بخشی از افکار و درونیات شماست که با چالش های فعلی شما در زندگی واقعی ارتباط معنایی داشته و می تواند راهکار هایی را پیشنهاد دهد.

زمانی که فرد مرده ای را در خواب مشاهده می کنید که ناراحت به نظر می رسد، نشان دهنده ی این معناست که احساس می کنید، احساسات و ارزش های درونی خود را نشناخته و درک نکرده اید. این خواب می تواند به نوعی احساس پشیمانی درباره ی کار های مثبتی که می توانستید در گذشته انجام دهید اما از آن ها غفلت کرده اید اشاره داشته باشد.

این خواب پیامی از جانب ناخودآگاه شماست مبنی بر این که لازم است تا این احساس فقدان درونی را شناخته و اجازه ندهید که در شما تداوم پیدا کرده و باعث احساس سرخوردگی در درون شما

شود. زمانی که فرد مرده را در خواب خود، ناراحت مشاهده می کنیم، این کنجکاوی برای ما پیش می آید که او به چه علت ناراحت است و چه کاری می توان برای رفع ناراحتی او انجام داد؟ ناخودآگاه از شما می خواهد تا به همین شکل به ناراحتی درونی خود توجه کرده و از انکار این ناراحتی ها در زندگی واقعی خود داری کنید.

زمانی که در خواب، فرد مرده ای را ناراحت مشاهده می کنید، به زندگی و گذشته ی خود نگاه کرده و توجه داشته باشید که انجام ندادن چه کار هایی، باعث نارضایتی شما از خودتان شده است؟ شما هم اکنون در حال درک این موضوع هستید که لازم است تا با این احساس فقدان کنار آمده و اجازه ندهید که تداوم این احساس، باعث کاهش اعتماد به نفس شما شود.

تعبیر خواب ناراحتی مرده از زنده: این خواب از شما می خواهد تا اجازه ندهید که ناکامی ها و خاطرات ناراحت کننده ی گذشته ، در شما زنده شده و به آزرده کردن شما بپردازند. حتی اگر فرد مرده در

خواب، ناراحتی خود را نه از شما، بلکه از اطرافیان شما ابراز کرد، باید بدانید همه ی افرادی که به هر نحوی در خواب شما حضور دارند، سمبل بخشی از افکار و درونیات شما هستند.

تعبیر خواب ناراحتی مرده برای زنده: این خواب شما را تشویق می کند تا قدر فرصت های پیش روی خود را دانسته و از تجربیات گذشته ی خود، برای پیشبرد اهداف فعلی استفاده کنید. این خواب از شما می خواهد تا از گذشته درس گرفته و اجازه ندهید که بی انگیزگی و انفعال و ترس بر شما غلبه کند.

هارمونی در موسیقی

هارمونی با مفهوم هماهنگی در روان مرتبط است.ممکن است در رویا خود را مشغول آموختن هارمونی یا مفهوم آن در زندگی بیداری مشاهده کنید حتی اگر در واقعیت با موسیقی و هنر سروکار نداشته یا چیز زیادی درباره ی آن ندانید.هارمونی ریشه در کلمات یونانی دارد و در محاوره یا فلسفه هارمونی را تناسب معنا می کنند.از نظر ریشه ای هارمونی به معنای وحدت و هماهنگی است و بیانگر یگانگی در اجزا و تشکیل یک واحد کل است. این رؤیا می تواند به دیدگاه های شما درباره ی هنر نیز اشاره داشته باشد مخصوصا اگر در واقعیت یک فرد خلاق، مبتکر یا هنرمند باشید.

هارمونی، دانشی برای چند بخش کردن موسیقی بر پایه ی ویژگی آکورد ها و قانون وصل آن ها به یکدیگر به قصد همراهی با ملودی است.هارمونی سبب ژرفا بخشیدن و غنای ملودی می شود. یک

آفریننده ی موسیقی عامیانه، مانند یک خواننده که از گیتار ها استفاده می کند، با آزمایش آکوردهای گوناگون، هم خوان ترین آکورد ها با حالت ملودی را بر می گزیند.در موسیقی کلاسیک غربی، موسیقی دان هم زمان به خلق ملودی و هارمونی می پردازد.

در برخی از انواع موسیقی های بداهه پردازانه مانند جاز،نوازندگان بر مبنای چینش مشخصی از آکوردها به آفرینش ملودی می پردازند.ریتم،ملودی و هارمونی سه بخش اصلی خلق یک اثر موسیقی را تشکیل می دهند. هارمونی از نظر تاریخی و نگاه ریاضی، به کار های فیثاغورس و پیروانش بر می گردد و آن ها اولین کسانی بودند که با آزمایش روی سیم هایی با طول های متفاوت و نسبت دادن طول سیم ها به نت های موسیقی و آزمایش روی ستون ها که در آن مایعی هم وجود داشته باشد و آزمایش های دیگر، سعی در تکامل نظریه ی خود یعنی ساختار ریاضی وار جهان داشتند.وقتی سه نت یا بیشتر هم زمان اجرا شوند آکورد ایجاد می شود.

آکورد ها به شکل های مختلف ساخته می شوند.یعنی آکورد ها از روی هم قرار گرفتن فاصله های سوم،چهارم،دوم وفواصل مختلف تشکیل می شوند. دیدن آکورد در رؤیا می تواند به تلاش و برنامه ریزی شما به سامان بخشیدن به وضعیت فکری و روانی تان اشاره داشته باشد.

بر خلاف حرکت نت های پی درپی ومتوالی که خوشایند است،ولی اجرای هم زمان فواصل دارای صدای مطبوع یا نامطبوع است.

خصیصه ی مشترک در تمام دسیونانس ها این است که ناپایدارند و به یک صدا(درجه)بالاتر یا پایین تر از خود گرایش دارند،که به این حالت«حل شدن»می گویند. با حل شدن نت نامطبوع به یک درجه بالاتر یا پایین تر از خود به فاصله ای مطلوب می رسیم. به طور کلی هر چقدر تعداد هارمونیک های مشترک تشدید شده بیشتر باشد، آن دو نت حالت کنوسانس بیشتری خواهند داشت و نسبت به یکدگر مطبوع ترند.

کنوسانس فاصله ای در آکورد است که تأثیری قابل قبول ومطبوع بر شنونده دارد.دیسونانس فاصله ای در آکورد است که نقطه ی مقابل کنوسانس فرار می گیرد و تأثیری تنش زا و نامطبوع دارد. این سمبل در رؤیا شباهت زیادی به مفهوم ای چینگ دارد و ترکیب مثبت و منفی برای زیبایی با مفهوم زندگی را یادآور می شود.

به این ترتیب می توان نتیجه گرفت که مشاهده ی خوابی با مفهوم هارمونی، می تواند به توانایی های ذهنی و روانی شما اشاره داشته باشد که در حال ارتقا می باشند. توانایی هایی که به شما کمک می کنند تا حساسیت بیشتری نسبت به عواطف و انرژی های اطراف خود پیدا کرده و به درک عمیق تری نسبت به خود دست پیدا کنید.